

САД, ОГОРОД-

кормилец и лекарь

КАБАЧКИ ПЛОДОНОСЯТ ДО ЗАМОРОЗКОВ

№ 16 (348)
август 2019



Шпинат:
осенний вариант



**Не всякий подсолнух –
друг огурцу**



Долгожители на клумбе



Елена АКУЛИЧ
получает от одной
культуры помидоры
и землянику



16+



onlinekiosk.by
vita.pokupo.ru
ООО «Издательский дом «ВИТА», ИНН 101054781
ССС - Издательский дом «ВИТА», ИНН 7709986238

ПОДПИСКА
В РОССИИ



П 4434

ПОДПИСКА
В БЕЛАРУСИ



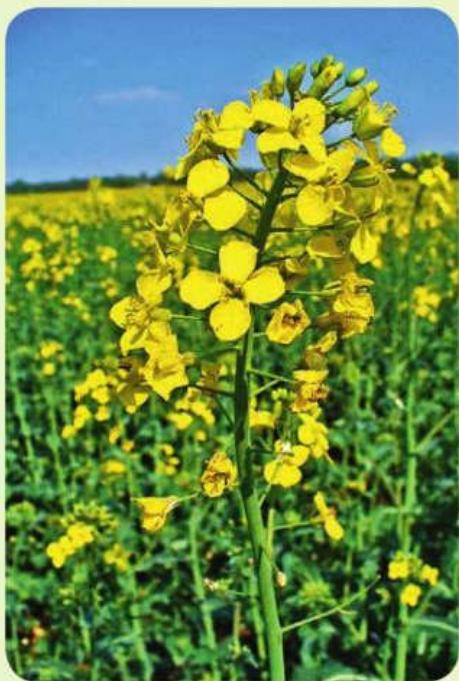
БЕЛПОЧТА 01141

ONLINE-
ПОДПИСКА

VITA.PRESS

Не ставьте крест на крестоцветных

При выборе культур, которые планируется использовать в качестве сидератов, советую остановиться на крестоцветных растениях, которые теперь нередко называют капустными. К наиболее приспособленным для этой цели относятся рапс (яровой и озимый), сурепица, горчица (белая и желтая), редька масличная. В чем же их преимущества?



Много не надо

Нормы высеива крестоцветных сидератов в весовом исчислении крайне малы, на одну сотку (100 кв. м) понадобится 30–50 г рапса, 80–100 – сурепицы, 150–180 – горчицы белой, 150–250 г редьки масличной.

Это значит, что не придется покупать на огород целый мешок, например, ржи, а можно будет ограничиться небольшим пакетом, ведь 1 кг горчицы хватит на 5 соток.

Но есть проблема – она заключается в малом размере семян, которые очень сложно посеять равномерно. Можно смешать их с наполнителем: например, гранулированным суперфосфатом, что позволит одновременно внести удобрение. Еще один вариант: увеличение дозы в 2–5 раз. При этом, конечно, возрастет расход семян, но результатом будет более густой покров зелени, а значит, увеличение массы зеленого удобрения.

Сроки посева

Крестоцветные культуры благодаря биологическим особенностям обладают высокой скоростью развития, поэтому высевать их можно весь вегетационный период – с апреля по сентябрь. А озимую форму рапса вообще, посевя в августе, можно оставить зимовать до весны.

Оптимальными сроками для получения максимальной зеленой массы являются май–июнь. Но на практике на отведенном под «сидеральную очистку» участке их высевают 2–3 раза за сезон. Цветут они через 30–40 дней после всходов, и длиться это может до самых морозов. Кстати, крестоцветные выдерживают заморозки до минус 6–8 градусов.

Состав

Зеленая масса крестоцветных по составу близка к коровьему навозу: она содержит 0,5 % азота, 0,25 % фосфора, 0,6 % калия.

Если пересчитать массу сидерата на минеральные удобрения, то с одной сотки можно «получить» 1,5–2 кг аммофоса, 3–4 кг аммиачной селитры и 3,5–4,5 кг хлористого калия.

Но и здесь преимущества не заканчиваются. Заделанная в почву зеленая масса действует на нее как раскислитель, так что заменит и доломитовую муку.

На заметку

Крестоцветные культуры обладают уникальными свойствами накапливать в подземной части азот. Их корневые выделения также растворяют находящиеся в почве труднодоступные формы фосфора и калия, делая их легкоусвояемыми для растений.

Сорнякам – нет!

Масса крестоцветных при разложении «делится» с почвой специфическими веществами, способными угнетать и подавлять развивающиеся сорняки. Выделяются также стимуляторы роста, положительно сказывающиеся на количестве и качестве урожая последующей культуры.

Благодаря обогащению почвы органикой начинается бурный рост полезной микрофлоры, вытесняющей патогены.

Корм и лекарственное сырье

Крестоцветные растения являются замечательным кормом для сельскохозяйственных животных, так как содержат 30–35 % протеина. Богата их зеленая масса также витаминами, ненасыщенными жирными кислотами. Введение в рацион скота крестоцветных стимулирует их аппетит и укрепляет иммунитет.

А семена горчицы служат сырьем для изготовления горчичного порошка и лекарственной мази, помогающей при недомоганиях.

В качестве бонуса – мед

Крестоцветные культуры – замечательные медоносы. Особенно они важны в периоды похолодания, ведь их нектар выделяется даже при пониженной температуре.

Они позволяют пчелам начать «работу» с весны и продолжать сбор меда даже осенью, когда других медоносов практически нет.

Дмитрий Олегович ЮРЬЕВ,
г. Курск



В этом номере представлены:

с. 4–5 **ФИЗАЛИС**

с. 6 **ШПИНАТ**

с. 6 **САЛАТ**

с. 7 **КАБАЧОК**

с. 8, 11 **ТОМАТЫ**

с. 9, 10 **ОГУРЦЫ**

с. 12, 24 **САДОВАЯ
ЗЕМЛЯНИКА**

с. 12 **МАЛИНА**

с. 13 **КРЫЖОВНИК,
СМОРОДИНА**

с. 13 **ЯБЛОНИЯ**

с. 13 **ШИПОВНИК**

с. 14–15, 25 **КАРТОФЕЛЬ**

с. 24 **ЧЕРЕШНЯ**

с. 25 **ЛУК**

с. 20–23 **ЦВЕТОЧНЫЕ
и ДЕКОРАТИВНЫЕ
КУЛЬТУРЫ**

Дорогие читатели!

Лето уже готово попрощаться, но нам так хочется продлить его теплые, ласковые, а главное, урожайные деньки. И, оказывается, все в наших силах. По крайней мере, так утверждает наш постоянный автор Ирина Викторовна КУДРИНА из Воронежа. Уже из самого названия написанной ею и опубликованной нами в этом номере статьи «Кабачки плодоносят до заморозков» видно, насколько именно продлевает изобретательная дачница летний сезон. И сейчас как раз то время, когда можно применить ее задумки.

В эту пору не обойтись без заботы об урожаях следующего сезона. Так, в августе можно посеять шпинат, который порадует сочными листьями уже сразу после схода снега. Об этом читайте в публикации «Шпинат: осенний вариант».

Получению высокого урожая ягод и плодов в будущем году посвящен материал «Конец лета: плоды и труды», рассказывающий о том, что надо делать в августе с ягодниками и плодовыми деревьями.

Ну и, конечно, мы постарались наполнить интересными и полезными советами и рецептами рубрики «Закрома» и «Заготовь-ка». Надеемся, что вы примените их на практике и сможете сохранить выращенный урожай и, как говорится, в натуральном виде, и во вкусных консервах.

Мы ждем ваших писем, которые вы можете также отправить через нашу группу в Одноклассниках «Журнал «Сад, огород – кормилец и лекарь» ok.ru/zhurnaly.sadogorod. Для этого присоединяйтесь к группе и нажимайте кнопку «Написать».

В ваших письмах вы можете предложить новые темы для следующих номеров, прислать статью, задать вопрос эксперту или высказать свое мнение об издании.

Желаем вам удачи
на приусадебном участке и даче!

От одной культуры – помидоры и земляника

После того как моя подруга, кстати, дачница с большим стажем, попробовала, будучи у меня в гостях, пирог с начинкой из земляничного физалиса, буквально загорелась идеей выращивания этой культуры у себя. Не она одна открыла для себя физалис, известный у нас больше как декоративное растение, относящееся к сухоцветам. В наших широтах их называют «китайскими фонариками» из-за ярких желтых, оранжевых или красных околовплодников-чехольчиков. Их декоративность сохраняется вне зависимости от сезона. А размножение происходит легко – делением куста.



Съедобные виды

Но кроме этого вида существуют еще две группы данной пасленовой культуры: физалис овощной (мексиканский) и ягодный (перуанский). У первого ягоды крупнее, чем у второго.

Овощной физалис достигает в высоту 80–100 см. Вес плодов – 40–100 г. Они бывают светло-зеленой и даже фиолетовой окраски. Из плодов этого вида физалиса, которые по величине могут сравняться с томатами, после бланширования и промывания готовят салаты, а также соленья, маринады, овощные консервы, заготавливаемые на зиму.

Мексиканский физалис по своим биологическим свойствам близок к томату, но более холодостоек, засухоустойчив, менее требователен к свету. Растет на любых почвах, за исключением сильнокислых и переувлажненных.

Самые вкусные плоды созревают на песчаных грунтах. Вегетационный период составляет 110–125 дней. Этот физалис отлично чувствует себя в между рядьях других культур.

Ягодный физалис, имеющий несколько разновидностей, из которых наиболее популярен вид с земляничным запахом плодов, тоже однолетник. У него ветвистый опущенный стебель длиной до 70 см с овальными гофрированными листьями. Вес плодов ярко-желтой окраски – до 15 г. Их едят сырыми, особенно нравятся эти «землянички» детям, а также готовят удивительное варенье, джем, мармелад. А сушеный физалис похож по вкусу на изюм.

Земляничный физалис довольно требователен к теплу, его семена прорастают при температуре не менее 15 градусов. Урожайность высокая: 1–1,5 кг ягод с куста. Неповрежденные и невлажные плоды в чехольчиках отлично сохраняются в сухом помещении до двух месяцев, но «подмоченные» быстро портятся.

Как вырастить

Агротехника возделывания физалисов очень проста. Их можно выращивать рассадой, как томаты, а также посевом семян прямо в грунт в середине апреля, но обязательно после схода снега.

Лучше всего высаживать физалис после капустных или тыквенных культур. Идеально, если под предшественники вносился навоз.

Совет

После пасленовых, а особенно картофеля, сажать физалис категорически не рекомендуется из-за одних и тех же болезней, которыми обязательно будут поражены растения с «фонариками».

За неделю до посадки рассады или посева семян гряду перекапывают на 15 см, выравнивают поверхность и высаживают физалис по схеме 50×70 см.

Эта культура очень любит азот, особенно на начальной и средней стадиях развития, поэтому будет полезно в посадочные лунки внести жидкий куриный помет, а в дальнейшем еще 2–3 раза за первую половину вегетационного периода подкормить растения таким удобрением.

Я выращиваю физалис безрассадным способом. Делая лунки по описанной схеме, в каждую кладу по одному семечку, слегка присыпаю почвой и немного ее уплотняю. Потом сверху ставлю отрезанную верхнюю часть двухлитровой пластиковой бутылки с пробкой и набрасываю спанбонд.

На заметку

Плоды физалиса, упавшие осенью на землю, прорастают весной самостоятельно. Останется только рассадить их на запланированное место.

Полезные свойства

В составе плодов обоих видов физалисов имеются важные для человека витамины – А, В и С, а также целый ряд микроэлементов: железо, калий, кальций, магний, натрий, фосфор и цинк.

Ягоды особенно ценятся за высокое содержание пектина: до 10 % сухой массы. Их желирующая способность вдвое выше, чем у яблок. Благодаря этому физалис пригоден для изготовления желейных кондитерских изделий.

На заметку

Спелые плоды физалиса содержат красящее горькое вещество – физалин, которое пока мало изучено наукой, однако есть основание полагать, что оно обладает противоопухолевым действием.

Особенно эффективны плоды овощного физалиса для лечения гастрита, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки. Считается, что употребление их в течение месяца полностью излечивает эти болезни. Для исцеления используются только спелые плоды, которых нужно съедать по 4–8 штук до еды (если мелкие – то 10–15). Если поставлен диагноз – повышенная кислотность желудочного сока, то начинать нужно с вдвое меньшей дозы, которую следует увеличивать постепенно, контролируя свое самочувствие, и довести до рекомендованного выше количества.

В кулинарии

Что же можно приготовить из этого достаточно экзотического для нас овоща?

Ведь некоторые даже не знают, как к нему подступиться. Прежде всего стоит отметить, что на чехольчике имеются клейкие и воскообразные вещества, обладающие неприятным запахом и горьким привкусом. Поэтому, сняв эти «фонарики» с плодов, те нужно опустить в горячую воду на 3–5 минут, чтобы смыть «прилипший» налет. После этого можно приступать к приготовлению блюд, рецептами которых хочу поделиться.

Икра

Требуется: 0,5 кг мексиканского физалиса, по 200 г моркови и лука, 2 ст. л. растительного масла, соль, перец – по вкусу.

Плоды запечь в духовке, пропустить через мясорубку, посолить и поперчить. Морковь и лук нарезать кубиками, обжарить в растительном масле, пропустить через мясорубку, посолить и смешать с физалисом. Можно подавать на стол как самостоятельное блюдо, так и в качестве гарнира.

Соленый физалис

Требуется: 1 кг плодов мексиканского физалиса, 50 г пряностей: укропа, листьев хрена и смородины, базилика, мяты, петрушки, сельдерея, зубчиков чеснока.

Рассол: 1 л воды, 2 ст. л. с верхом поваренной соли.

Плоды уложить в банки слоями, чередуя с пряностями, и залить рассолом. Оставить на брожение на 7–8 дней, затем рассол слить, вскипятить и снова залить плоды. Банки закатать, хранить в холодном месте.

Изюм

Плоды земляничного физалиса высуширь на солнце, в духовке или элек-

тросушилке. Из полученного изюма можно варить компот, добавлять в плов, использовать как начинку.

Джем

1 кг земляничного физалиса ошпарить кипятком, залить стаканом горячей воды, варить до мягкости. Добавить 1 кг сахара и, помешивая, варить до желобразного состояния.

Маленький секрет: если каждый плод проколоть иголкой, то во время варки ягодки не разварятся, и получится ароматное варенье.

Пюре

Плоды земляничного физалиса опустить в кипяток на 2 минуты, варить в небольшом количестве воды около 20 минут, затем протереть через сито или пропустить через соковыжималку, удалив семена и кожуру. Хранить в холодильнике не более 10 дней.



На заметку

Надземная часть физалиса и чехольчики плодов содержат токсичные вещества, поэтому в домашних условиях их категорически запрещается использовать в качестве лечебного средства.

**Елена Ивановна АКУЛИЧ,
г. Гродно**

Новый подвиг геркулеса

Уже не первый год с середины лета для подкормки своих овощей я использую геркулес! Понятно, что сами по себе овсяные хлопья удобренiem не являются, по крайней мере, об этом ничего не написано на пачке.

Но когда я рассыпаю геркулес мелкого помола по грядке (примерно горсть на погонный метр) и неглубоко заделываю его грабельками, червей

набирается видимо-невидимо! А это значит, земля рыхлится и обогащается продуктами их жизнедеятельности. И овощам нравится, особенно это за-

метно по свекле: прямо «плечи» расправляет!

**Николай Дмитриевич ЕРМИКОВ,
г. Брянск**

Шпинат: осенний вариант

Если посеять эту культуру ранней осенью, то к зиме шпинат сформирует розетку крупных и сочных листьев, которые сохраняются под снегом, а весной, после схода снега и оттаивания почвы, продолжают расти. Вот как это делаю я.



Шпинат высаживаю на плодородном, хорошо удобренном участке, который весной рано освобождается из-под снежного покрова. Лучшими предшественниками являются горох и ранний картофель, после их уборки есть время хорошо подготовить почву под посев.

Удобрю участок умеренно, чтобы в дальнейшем избежать накопления

в листьях нитратов. Перед перекопкой достаточно внести 8–10 кг компоста на 1 кв. м.

Совет

О точных сроках осеннего сева шпината существуют противоречивые мнения. Однако необходимо помнить, что именно растения с двумя-тремя листьями имеют самую высокую зимостойкость. Думается, что любой овощевод-любитель может конкретно для своей зоны определить оптимальные сроки. Достаточно в несколько сроков посеять эту культуру, начиная с третьей декады августа и заканчивая серединой сентября.

Главный секрет получения хорошего урожая шпината заключается в том, чтобы обеспечить растению достаточно

места под солнцем. Сею шпинат обычно на грядках с шириной между рядов 20 и расстоянием в ряду 3–5 см. На 1 м расходую около 60 г семян. Их заделываю на глубину 2–3, а на легких почвах – до 4 см. Семена прорастают при 4 градусах, но оптимальная температура для роста растений – 15 градусов.

Убираю шпинат, когда розетка сформируется и состоит в зависимости от сорта из 5–8 листьев, а у единичных растений появляется небольшой стебель. Уборку провожу рано утром, выдергивая растения из земли целиком и удаляя поврежденные пожелтевшие листья или срезая их у поверхности почвы.

В нашей семье употребляют в пищу листья шпината в сыром и вареном виде. Из них мы готовим салат, весенние зеленые борщи, пюре, соусы и начинку для выпечки.

**Наталья Алексеевна ЛОБАНОК,
г. Минск**

Экспресс-компост

Компост в кучах или специальных ящиках готовится довольно долго – не менее года. Его обычно используют для масштабных работ: вносят в качестве заправки почвы под будущие посадки.

А для локального обогащения органикой грунта, добавляя ее в лунки, можно готовить экспресс-компост. Я, например, по мере освобождения грядок собираю растительные остатки, измельчаю и укладываю в 35-литровые пакеты для мусора. Для того чтобы разложение шло интенсивнее, добавляю 2–3 л перегноя и насколько возможно перемешиваю. Туго завязываю так, чтобы над органикой осталась воздушная прослойка, и ставлю на солнце. Зимой перемещаю в сарай.

Уже следующей весной этот компост можно использовать при посадке рассады различных растений.

**Вера Петровна ПАРАМОНОВА,
Башкортостан, г. Давлеканово**

Салат – как брат

Кочанный и листовой салат – дружелюбное растение, которое может прекрасно уживаться с большинством огородных культур.

Будучи соседом, он отлично ладит с томатами, огурцами, фасолью, шнитт-луком, шпинатом, садовой земляникой, горохом. Рекомендуется высаживать это растение рядом с овощами семейства капустных, поскольку оно отпугивает блошек. Для самого салата полезно находиться рядом с луком, который не переносят тли.

В то же время следует помнить, что салату противопоказан перегрев, поэтому он нуждается в легком затенении. Однако для растения неблагоприятно соседство с морковью и свеклой, густая ботва которых отбрасывает плотную тень.

**Вера Ивановна НОСИК,
Могилевская область,
г. Костюковичи**

Кабачки плодоносят до заморозков

Кабачки отдают свой основной урожай в середине лета, а затем довольно быстро сдаают позиции. Однако с помощью нехитрых приемов я добиваюсь от этой культуры второй волны урожая.

Удаляю лишнее

К августу растения теряют былую привлекательность. В это время вырезаю на них острыми продезинфицированными ножницами все желтые и засохшие листья. Если обнаруживаю признаки грибкового заболевания, безжалостно выкапываю весь куст целиком – толку от такого разносчика инфекции не будет, только неприятности. Помимо этого у оставленных здоровых кустов, которые чаще всего оказываются излишне загущенными, удаляю по 2–3 центральных листа. Это способствует лучшей освещенности и проветриванию растений, а также свободному доступу пчел и шмелей к цветкам. Кроме этого вырезаю абсолютно все листья, которые касаются земли, а затем мульчирую поверхность почвы на грядке толстым слоем выполовых и подсушенных сорняков.

После такой безжалостной стрижки, которую провожу ранним утром в ясную солнечную погоду, опудриваю каждый срез на кустах просеянной древесной золой и даю кабачкам пару дней на то, чтобы прийти в себя.

Кормлю и защищаю

Через 2–3 дня после обрезки подкармливаю растения настоем сброженной травы (1:10) под корень и орошаю этим же снадобьем по листьям из лейки. Готовя настой, обязательно добавляю к травяным «ингредиентам» полынь, пижму и хвощ, которые отлично подавляют патогенную микрофлору. Такую процедуру повторяю еще раз через неделю, а спустя полмесяца после этого провожу корневой полив раствором любого полного минерального препарата (например, нитрофоски) и опрыскиваю кабачки по листу раствором «Унифлор Микро», содержащим разнообразные микроэлементы.

Кроме того для защиты кабачков от грибковых инфекций провожу регулярные опрыскивания по листу раствором



йода (3 мл на 10 л воды), повторяя обработки каждые 12–14 дней. Этот недорогой аптечный антисептик прекрасно заменяет дорогостоящие фунгициды и позволяет получить экологически чистые плоды.

Опыляю

В конце августа или в начале сентября (в зависимости от погоды) нужно защищать кабачки от резких колебаний дневной и ночной температуры, устанавливая на грядках дуги и накидывая на них плотный укрывной материал.

В таких условиях цветки на кустах становятся недосягаемы для пчел и шмелей, поэтому опыляю их вручную. Ранним утром срезаю мужской цветок, удаляю с него лепестки и прикладываю его тычинки к пестикам 2–3 женских соцветий, которые несложно угадать по коротким утолщенным черешкам. Затем срываю новый мужской цветок, опыляю другие женские соцветия и т. д. А чтобы сохранить плоды, которые в таких неблагоприятных условиях часто загнивают, с кончиком каждой завязи аккуратно удаляю засохший венчик.

Эти несложные процедуры позволяют продлить период плодоношения вплоть до заморозков.

**Ирина Викторовна КУДРИНА,
г. Воронеж**

Пицца из кабачков

В форму уложить 4 слоя начинки:
1-й слой: 2–3 молодых кабачка нарезать кубиками и потушить до полуготовности под крышкой.

2-й слой: 3 плотных красных помидора, нарезанных кружочками.

3-й слой: твердый сыр, натертый на крупной терке.

4-й слой: нарезанные кружочками сосиски, вареная колбаса или отварное куриное мясо.

Все слои залить сметанообразным тестом, для которого требуется: 2 яйца, 1 ст. л. муки, 0,5 стакана молока, соль, перец – по вкусу. Все смешать, тщательно взбить венчиком, чтобы не было комочеков. Запекать в духовке. Готовую пиццу посыпать укропом.

**Елена Ивановна АКУЛИЧ,
г. Гродно**

Забрала томаты у фитофтороза из-под «носа»

Просторная поликарбонатная теплица – моя мечта, но пока на ее осуществление не находится лишних средств. Поэтому все овощи я выращиваю под открытым небом. В прошлом году мне по счастливой случайности удалось спасти томаты от похолодания. Возможно, мой опыт кому-то пригодится и в этом году.



Ну и погода!..

Из-за поздней весны я не стала высаживать рассаду в обычные сроки на грядку, и растения переживали неблагоприятный период на балконе, невероятно измучавшись в тесных горшочках. Но после того как непогода миновала, томаты сразу же переехали на дачу и наконец-то спокойно «вздохнули». На просторах дачных грядок растения ожили, распустились и активно тронулись в рост. Первая половина лета порадовала хорошей погодой, и мои томаты завязали большое количество плодов. А я все боялась «сглазить» такой отменный урожай и надеялась, что хорошая погода простоят все лето и позволит помидорам вызреть.

Но, как говорится, «недолго музыка играла». Однажды в августе, приснувшись в выходные на даче, по привычке зашла в интернет, чтобы посмотреть прогноз погоды. У меня моментально испортилось настроение, поскольку было обещано со следующего дня резкое похолодание и проливные дожди. Я поняла, что начинаются те са-

мые неблагоприятные погодные условия, которые уже не раз лишали меня урожая томатов. Ведь в таких условиях моментально просыпается фитофтороз и в кратчайшие сроки «съедает» круглощекие помидорчики. Нужного количества дуг и пленки в моем дачном хозяйстве не нашлось, и я поняла, что, оставив томаты на произвол судьбы, просто-напросто перечеркну все свои многомесячные усилия по выращиванию рассады и «вскормлению» кустов на грядках.

Операция по спасению

Недолго думая, я собрала практически все плоды в ящики и погрузила в машину. Они уже достигли нормального размера, но были совершенно зелеными – только треть из них вступила в стадию молочной спелости. Малышей, которые еще не успели налиться, я оставила на кустах и уехала в город.

В следующий раз на дачу мне удалось приехать только спустя 1,5 недели. В течение этого периода было холодно и промозгло, практически без остановки моросил дождь. По приезде на дачу я обнаружила ожидаемую картину – томатные кусты и оставленные на них помидоры были «изъедены» фитофторозом. И я очень обрадовалась, что смогла спасти основную долю томатного урожая, собрав плоды вовремя.

Дозариваются не все

В прошлые годы я тоже не раз собирала помидоры недозревшими, хотя и не такими зелеными. Дозаривала их дома, но начинала снимать плоды с кустов уже спустя несколько дней после наступления неблагоприятной погоды.

И каждый раз негодовала от коварности возбудителей фитофторы, которые портили плоды уже в помещении: собирала красивые и без пятнышек, но через несколько дней они загнивали. Но на этот раз помидоры я собрала для дозаривания в сухую солнечную погоду и не позволила им ни дня мучиться под дождем.

Собранные зеленые помидоры без проблем дозрели в комнате. Они немного уступали по вкусовым качествам плодам, которые вызревают на кустах в открытом грунте, но все равно не шли ни в какое сравнение с магазинными «резиновыми» томатами. Часть из них я разложила на полу – они спели долго, и нам вдоволь хватило их для употребления в свежем виде. А оставшиеся зеленые помидоры я поместила в картонные коробки, положила между ними по несколько красных плодов и плотно закрыла крышки – в закрытом пространстве недозревшие томаты краснеют очень быстро и равномерно. При таком подходе мне удалось сразу получить нужное количество спелых помидоров для консервации.

Свой положительный опыт я взяла на вооружение и решила больше не дожидаться милости от природы. Урожая томатов нам хватило и на еду, и на заготовки, часть отдала знакомым друзьям-дачникам. Те, кто выращивал томаты в теплице, еще смогли добиться хорошего урожая, а те, кто высадил овощи в открытый грунт, со всех сторон жаловались, что из-за дождей полностью лишились помидоров, которые поразил фитофтороз.

Теперь я особенно внимательно слежу за прогнозом погоды и собираю помидоры зелеными до наступления неблагоприятных погодных явлений.



На фото запечатлены «краснощекие» помидорчики, которые дозаривались дома, и те, что «дозревали» в открытом грунте, дожидаясь окончания холодных дождей.

**Екатерина Леонидовна
ДОБРУНОВА,
Ивановская область,
г. Кинешма**

Мухи пчелок заменяют

Я поклонник старых сортов огурцов, но они, конечно, проигрывают новомодным гибридам в части опыления. В пасмурную погоду пчелы летают плохо, цветки часто осыпаются, не опылившись. А заниматься переносом пыльцы самому на нескольких десятках растений – занятие для слишком уж терпеливых огородников!

Однажды я обходил свой огуречник, попивая пиво. Споткнулся, и часть хмельного напитка выплеснулась на землю. Почти сразу же на него набросились мухи. Тогда я подумал, что эти насекомые, летающие в любую погоду, могут вполне стать заменой пчелам.

С тех пор, когда летом днями стоит пасмурная погода, я просто распыливаю в огуречной теплице, стараясь попасть на цветки, треть бутылки пива – и мухи тут как тут! А в качестве благодарности за darmовую выпивку они опыляют мои огурчики.



**Николай Федорович
МАРЧЕНКОВ,
Пензенская область,
г. Нижний Ломов**

Убираем огород, в дело все у нас пойдет

Когда мы с мужем активно убираем сухие отплодоносившие растения осенью, у нас скапливается огромное количество растительных отходов. Хорошо, если есть время заложить хорошую компостную кучу. Но уже несколько лет ни я, ни муж просто не успеваем это сделать. Так и лежат стебли и листья у нас в куче, ждут, когда же руки дойдут до них. Иногда я сжигаю растительные остатки, иногда просто выбрасываю.

Не дело это, товарищи! Вместо того чтобы лежать на свалке или коптить небо, растительные остатки могут нам послужить. И в прошлом году я попробовала вместо компостной кучи сделать высокую грядку по типу слоеного пирога.

Прежде всего наметила место, где будет расположена грядка. Я подобрала достаточно освещенный и защищенный от ветра участок, так как высаживать собирались ранние овощи из разряда теплолюбивых культур.

Выбрав место, я огородила его тем, что попалось под руку. У меня нашлись доски, вы же можете с успехом использовать блоки, кирпич, бревна, шифер, – словом, то, что на даче просто так валяется.

Устраивая грядку я так: сначала выстилаю дно толстым слоем газет или картона. Это я делаю для того, чтобы, во-первых, создать границу между почвой и насыпным грунтом, а во-вторых, таким способом я предотвращаю потерю влаги при поливе. Наконец, в-третьих, это послужит утеплителем, так как температура грунта будет на 3–5 градусов выше, чем в верхнем слое почвы.

После таких подготовительных работ я просто складываю скопившиеся растительные остатки в кучу, а потом равномерно распределяю их по получившемуся каркасу грядки. Слой должен быть около 20 см в высоту. Несколько дней я поливаю эту органику для ускорения разложения. А пока она «раскочегаривается», готовлю следу-

ющий слой. Он состоит из измельченной соломы, опилок или сухой листвы. Я насыпаю эти материалы слоем толщиной приблизительно 10 см. Потом сдабриваю этот «пирог» древесной золой. Сверху все засыпаю слоем плодородной огородной земли или уже сопревшим компостом.

Вот так я и сделала с мужем высокую грядку. Ранней весной высадила на ней баклажаны. Они развивались очень хорошо и дали прекрасный урожай.

Сейчас самое время заготавливать растительные остатки – основу высокой грядки.

**Екатерина Валерьевна
ХАРЧЁВКИНА,
Брянская область,
п. г. т. Любочна**

Не всякий подсолнух – друг огурцу

Растения, как известно, могут дружить друг с другом. Например, подсев лука к моркови или подсадка бархатцев к капусте и землянике создают союзы, которые помогают отпугивать вредителей. Но бывают и необычные содружества растений, об одном из которых хочу рассказать.



Не будет ни семечек, ни зеленцов

Существуют два культурных растения, которые могут стать уникальными компаньонами для всестороннего взаимного развития. Это подсолнечник из семейства астровых и огурец – из тыквенных. Только представьте: высокие стебли с большими шляпками-корзинками прикрывают от прямых солнечных лучей грядки, где расположился сосед, что идет ему на пользу. При этом и подсолнечник, и огурец выделяют в почву важнейшие микроэлементы (кремний, железо, медь, цинк), необходимые для нормальной жизнедеятельности, и охотно обмениваются ими. Но, оказывается, не все так просто.

Подсолнечник масличный (с любимыми семечками) вряд ли сыграет почетную роль в наших климатических условиях. Почему? Во-первых, он выносит из почвы громадное количество пи-

тательных элементов, что требует увеличения фосфорно-калийных подкормок (в 2–3 раза) растений-соседей.

Во-вторых, он боится заморозков, его вегетация начинается довольно поздно, стебель с боковыми побегами растет медленно, и когда огурцы уже формируют плети, «опора» для них еще очень шаткая, она легко ломается под напором ветра.

В-третьих, он не терпит затенения, которое дают широкие листья огурцов, из-за чего семенные корзинки вырастают маленькими и недоразвитыми.

Со скамейки «запасных»

Но всех перечисленных недостатков лишен декоративный подсолнечник, или гелиантус, что в переводе с греческого означает «солнечный цветок». Он любит светлые подветренные площадки, глубоко дренированную почву.

Размножают растение семенами, которые готовят к посеву следующим

образом. Их накануне следует завернуть в кусок мягкой ткани, пропитанной настоем древесной золы (1 ст. л. на 0,5 л теплой воды). Посев производят на следующий день. Делать это можно с мая (при условии прогревания земли до 12 градусов) и на протяжении всего лета.

В зависимости от сорта расстояние между лунками выдерживается в пределах 30–70 см. В каждую помещают по 2 семени на глубину примерно 3 см.

Совет

После того как у гелиантуса образуется несколько пар настоящих листьев, для питания растений лучше всего использовать удобрения прикорневого типа: гранулы с бором, фосфором и азотом. Их закапывают в предварительно увлажненную почву на 8–10 см рядами с расстоянием не менее 20 см от междурядий. Доза подкормки – около 5 г на 1 кв. м.

Уход

Гелиантус нетребователен в уходе, и не надо бояться, что он станет бороться за воду с известными «водохлебами» – огурцами. Поливать их, конечно, надо регулярно и обильно. Неизвестно, на какой глубине залегают водные горизонты, но, щедро увлажняя огуречную грядку, вы часть воды дарите подсолнечнику: он ускоряет рост, достигает максимальной высоты к первому урожаю зеленцов и зацветает.

Но подсолнух огурцу – не конкурент: его корневая система стержневая, уходит в почву на 2–3 и даже на 5 м и поэтому использует влагу глубоких гори-

зонтов. У огурца же корни (основные) поверхностные, они опутывают почву, словно сетью, концентрируя много влаги и элементов питания.

Кроме поливов, стоит время от времени рыхлить землю вокруг стволов и удалять сорняки. Если почва плодородная, гелиантус прекрасно растет безо всяких подкормок. На бедных грунтах в начале вегетативного периода требуется подпитка органикой: например, перепревшим навозом или компостом – 5 кг на 1 кв. м.

В течение сезона пару раз все же стоит подкормить посадки комплексной «минералкой» (по инструкции). Но это делается, скорее, для восстановления в почве баланса полезных веществ, чем для самих подсолнухов.

Как построить «ширму»

Подсолнечник, растущий вместе с огурцами, – вариант вертикальной грядки. Солнечный цветок играет благородную роль шпалеры, которую постепенно заплетает огуречная лиана. Одновременно он создает надежные защитные кулисы. Его посадки дают такие плюсы, как преграда шквалистому ветру, удобный микроклимат, где регулируются температура и влажность воздуха. Кроме того, цветки подсолнечника привлекают пчел, которые активно опыляют

и огурцы, а это облегчает уход, прибавляет урожай, удлиняет срок плодоношения. Уточним, что частичное затенение снижает температуру здесь на 1,5–2 градуса по сравнению с открытым участком, что, безусловно, по нраву огурцам.

На заметку

Устройство подсолнуховых кулис во многом зависит от региона выращивания. На юге страны в благоприятное лето стебли этой культуры могут достигать высоты 3–5 м. Чем севернее, тем этот способ рискованней. И лето должно быть жарким, и без рассады не обойтись.

Кулисные 2–3-рядные посадки «строят» вдоль огуречных гряд и попрек господствующей розе ветров. Направления посадок: север-юг (можно восток-запад). Между растениями необходимо расстояние 30–40 см. Высокая плотность кулисы обеспечивает частичное затенение огуречных посадок. В регионах с очень прохладным климатом кулисы можно размещать по периметру гряд.

Опорная «ширма» строится до посева или посадки защищаемой культуры (в среднем за 2–3 недели), в нашем случае – огурца. Здесь хорошо со-

зревают и засолочные сорта (Нежинский, Муромский, Парижский корнишон и др.), и салатные (Деликатесный, Мадам, Сын полка и др.). Они выращиваются так же, как в теплицах, – в одностебельной форме. Так получается тип живой вертикальной шпалеры, только подвязывать огуречные стебли к «защитникам» не нужно.

Для кулисных посадок рекомендуются следующие сорта гелиантуса: Русский гигант (3–4-метровый куст), Конг с толстыми стеблями и широкими листьями (может достичь высоты 5 м, под стать ему великан Moulin Rouge с цветками насыщенных кораллового-рубиновых оттенков. Растут эти гелиантусы быстро – до 30 см в сутки, предоставляя надежную опору для огурцов.

Совет

Вместо подсолнечника можно посадить родственную ему культуру – топинамбур (подсолнечник клубненосный). Эта земляная груша (еще одно название) вырастает до 3 м. И огурцам «плечо» подставит, и вкусными клубнями нарадит.

**Виктор Наумович РОССИНСКИЙ,
г. Минск**

Урожая недобор, если в почве иссяк бор

Раньше я думала, что если у томатных кустов желтеют и отмирают верхушки, а на плодах появляются темные пятна, это следы воздействия на растения коварного заболевания – фитофтороза. Но я ошибалась, проблема была не в болезни. А указанные признаки свидетельствуют о недостатке в почве бора.

Сегодня в магазинах для огородников продается борная кислота, которая является прекрасным микроудобрением для растений. Однако не советую подкармливать бором в одинаковом объеме все растения подряд. К примеру, горох, фасоль, салаты и картофель обладают низкой потребностью в этом микроэлементе. А вот помидоры, свекла, брюква, цветная капуста, морковь, а из плодовых культур – яблони и груши

очень любят, когда в «меню» включают борную кислоту.

Я начинаю подкормку уже во время предпосевной подготовки, замачивая семена в растворе борной кислоты на 12 часов (0,2 г вещества на 1 л теплой воды).

Вторую подкормку провожу в период цветения. Готовлю раствор из 5 г порошка и 10 л воды. Опрыскиваю этой жидкостью завязи и листья, расход – 1 л

на 10 кв. м. А через 2–3 недели наступает время третьей подкормки.

Растения опрыскиваю в сухую погоду, когда не предвидится дождя. Лучше всего делать это вечером, чтобы листья не получили солнечных ожогов.

**Екатерина Валерьевна ХАРЧЁВКИНА,
Брянская область,
п. г. т. Любочна**

Конец лета: плоды и труды

Хотя погода в августе обычно продолжает радовать солнечными теплыми днями, во второй половине месяца жара начинает постепенно спадать и веет прохладой. Как правило, осадков в это время немного и влажность почвы невысокая.



Садовая земляника

Сразу после сбора ягод необходимо уделить внимание садовой землянике. Прежде всего надо немедленно убрать из-под кустиков все подстилочные материалы. Затем подсыпать к ним компост или перегной и слегка пригрести землю к рожкам, не засыпая сердечка.

Вместе с поливом следует сделать жидкую подкормку коровяком или птичьим пометом. Можно внести и минеральные удобрения (по 1 ст. л. нитрофоски на ведро воды на 3 погонных метра ряда) или древесную золу с последующим обильным поливом.

Малина

В августе очень много работы в малиннике. Полным ходом идет сбор плодов, лучшее время для этого – пасмурные, но не дождливые дни. Ягоды луч-

ше собирать с плодоноской в первые часы после схода утренней росы до 10 часов или вечером, когда спадет дневная жара и наступит прохлада. Если требуется транспортировать плоды, то они должны быть немного недозрелыми, а после доставки их надо обязательно охладить. Для этого малину уложите в неглубокую тару в 2–4 слоя и поместите в холодильник. Там ягоды, собранные розовыми, можно хранить 2–3 дня.

Для приготовления сока и вина можно использовать и слегка перезревшие, но не загнившие ягоды. Их допускается стряхивать с куста на брезент. А в сушку идут обычно во второй половине августа ягоды последних сборов, которые могут быть и недозрелыми. Не дожидаясь, когда поспеют последние ягоды, надо вырезать все отплодоносившие двухлетние побеги. К сожалению, большинство садоводов эту работу выполняют с большим опозданием.

Своевременное удаление всех старых стеблей (надо стремиться вырезать как можно ниже, не оставляя никаких пенечков) создает исключительно благоприятные условия для роста молодых побегов. Кроме того, благодаря этой операции удаляются многочисленные вредители и очаги инфекции различных болезней.

Если вырезанные стебли малины были здоровыми, то их можно сохранить и использовать для обвязки стволов плодовых деревьев на зиму. Но обычно весь удаленный с плантации растительный материал либо сразу сжигают, либо сохраняют до весны и используют для дымления в случае угрозы возвратных заморозков.

Одновременно с двухлетними побегами также удаляются все неудачно расположенные, излишние, больные и сломанные однолетние стебли. Ну а если «молодняка» очень мало, приходится оставлять даже слабые и поломанные, которые следует обрезать до места повреждения.

В последние дни августа надо обязательно провести осеннее прищипывание стеблей малины, оставленных на плодоношение. Его задача – ускорить вызревание побегов малины, особенно крупноплодных южных сортов. Для этого верхушки побегов укорачивают на 5 см (не более) до первой хорошо развитой почки. Злоупотреблять этим приемом не следует, поскольку излишнее укорачивание побегов у некоторых сортов малины может привести к значительному снижению урожая ягод в следующем году.

Вторая половина августа – самый лучший срок для посадки саженцев малины с комом земли (свои саженцы). К зиме такое растение полностью приживается, и в сроках развития растения удается выиграть целый год.

Совет

В конце августа почву, уплотненную за длительный период сбора ягод и вырезки побегов, необходимо прорыхлить, уничтожая сорняки и поросль малины в между рядьях. Делать это надо только вилами. Перекопка почвы лопатой недопустима, поскольку при этом сильно повреждаются корни, которые у малины расположены близко к поверхности.

При необходимости растения надо опрыскать против вредителей и болезней. Для этого используют не только химикаты, но и отвары из стеблей и листьев помидоров, перца, предварительно высушенных растений тысячелистника, настои картофельной ботвы, ромашки, полыни, сосновой хвои, чеснока и луковой чешуи.

**Крыжовник и смородина**

К середине августа заканчивается плодоношение у самых поздних сортов крыжовника и смородины, прекращается рост побегов и начинается их вызревание. Сразу после сбора урожая растения поливают водой и перекапывают почву, предварительно внеся под каждый куст 0,5 ведра компоста, 1 ст. л. суперфосфата и 1 ч. л. калийных удобрений. На кислых почвах вместо этих удобрений лучше вносить древесную золу – по 2 стакана под взрослый куст.

Во второй половине августа следует избегать излишних поливов смородины и крыжовника и ни в коем слу-

чае не вносить азотные удобрения, поскольку это сразу вызовет вторую волну роста побегов, что может привести к их вымерзанию зимой.

Ягоды многих сортов золотистой смородины способны после созревания висеть на кустах, не осыпаясь, до полутора месяцев, но продолжительная влажная погода или обильные дожди могут в течение нескольких дней привести к массовому растрескиванию этих необычных на вкус ягод.

Яблони

Но самая трудоемкая работа в августе – это сбор и переработка яблок. Поэтому сейчас надо еще раз внимательно проверить состояние деревянных подпор, которые должны быть надежно прикреплены к нагруженным урожаем веткам плодовых деревьев. При недостатке этих приспособлений их надо в первую очередь поставить под летние яблони, а после сбора на них урожая переставить под ветки деревьев осенних и зимних сортов.

Яблоки летних сортов могут храниться всего 2–3 недели, а в прохладном месте – до месяца. За созреванием и сбором этих плодов необходимо следить самым тщательным образом. Многие летние сорта яблок созревают не одновременно. Поэтому убирать их лучше в 2–3 приема, снимая сначала наиболее крупные плоды с характерными для сорта окраской и вкусом. При этом светлая окраска семян летних сортов не является признаком незрелости плода.

А вообще-то лучше снять яблоки летних сортов на 3–4 дня раньше, чем передержать их на дереве. Но если сделать это раньше срока на 7–10 дней, то они очень быстро повянут и потеряют вкус.

Снимают яблоки с дерева очень аккуратно, чтобы не повредить плодушки – основы будущего урожая – и сами плоды. Для этого необходимо обхватить яблоко рукой снизу, упираясь кончиком указательного пальца в место прикрепления плодоножки к веточке, слегка приподнять его и, немного поворачивая, аккуратно оторвать.

Яблоки лучше собирать утром, когда они основательно охладились за ночь. Затем их надо сразу же перенести в хо-

лодное темное помещение. Если плоды все еще мокрые от росы или дождя, их надо сначала обсушить под навесом, но не вытираять, чтобы не уничтожить естественный восковой налет, необходимый для длительного хранения.

Следует уделить особое внимание падалице, которую необходимо своевременно собирать. На молодых деревьях, особенно пораженных плодовой гнилью, надо осматривать созревающие плоды, снимать те, которые загнили, и немедленно уничтожать их. Лучше полностью отказаться от употребления в пищу таких плодов даже при условии удаления подгнивших частей. На самом деле продукты порчи – микотоксины – проникают и в здоровую с виду ткань. Попав в организм, они могут открыть дорогу онкологическим заболеваниям.

Шиповник

Со второй половины августа начинается сбор плодов шиповника, которые приобретают оранжево-красную окраску. Поскольку они созревают не одновременно, то их сбор по времени сильно растягивается.

Сушить плоды шиповника на солнце не рекомендуется, поскольку это приводит к значительной потере витаминов. Лучше это делать в духовке при температуре 40–45 градусов или под хорошо продуваемым навесом.



**Валерий Григорьевич
ШАФРАНСКИЙ,
г. Екатеринбург**

Есть время подобрать семя

У каждого из нас есть любимые сорта картофеля. Мы знаем, что они хотят и чего от них ждать по осени. Однако с годами замечаем – урожай ухудшается. Ругаем землю, вредителей, но не задумываемся, что вина лежит на нас самих. Мы не работаем как надо с посадочным материалом – перебрали и на этом останавливаемся. На самом деле с семенной картошкой нужно как следует повозиться.



Немного теории

Как бы мы ни гордились выращенной картошкой, следует помнить, что она, как и все культуры, требует регулярной сортосмены и сортообновления.

Сортосмена – замена старых сортов на новые, с улучшенными показателями урожайности и качества.

Если же вы придерживаетесь народной поговорки: «Старый друг – лучше новых двух» и не хотите расставаться с проверенным сортом, то на выручку спешит сортообновление. Это замена семян посадочным материалом тех же сортов, но лучших репродукций.

Возникает вопрос: «А для чего вообще затевать все это?». Дело в том, что с сортами происходят такие неприятности, как механическое засорение, биологические изменения в результате расщепления, мутаций и переопыления, снижение посевных качеств при регу-

лярном возделывании на низком агрономическом фоне и нарушениях технологии.

Поэтому, если нуждаетесь в хорошем урожае, необходимо регулярно менять посадочный материал картофеля. Делать это следует не реже чем раз в 3–4 года. Однако это не значит, что в промежутках между этими временными точками ничем не надо заниматься.

О семенах заботимся заранее

Об урожае года следующего стоит задуматься в году текущем. Идеально, когда высаживается отдельная грядка, на которой расположатся семена на следующий сезон. Для такой посадки необходимо создавать максимально комфортные условия: высокий фон сбалансированного питания, защита от вредителей и болезней и даже полив. Но если поступать так не позволяют условия, то делайте так же, как я.

В посадках картофеля с момента появления всходов я сразу начинаю наблюдения за растениями. Подмечаю все детали: срок всходов, активность роста, пораженность вредителями и болезнями. Периодически (с момента, когда это имеет смысл) подкапываю лучшие кусты картофеля и убеждаюсь, что в земле все обстоит так же привлекательно. Кроме внешних признаков отслеживаю, чтобы отобранные растения имели присущие данному сорту признаки. При малейшем отступлении от них кусты исключаются из разряда семенников.

Таким образом, к моменту уборки я имею в запасе достаточное количество растений, способных обеспечить меня посадочным материалом на следующий год. При созревании картофеля (листья приобретают желтоватую окраску, кожура на клубнях не сдирается руками) приступаю к выборочной уборке, чтобы точнее определить время основной заготовки посадочного материала. Убранный семенной картофель закладывается в хранилище отдельно.

Важно добиться, чтобы уже с осени картофель был готов к посадке. Необходимо дать ему полежать под навесом 3–4 дня, чтобы клубни обсохли, а кожура затвердела. Затем приступаем к сортировке. Семенная фракция должна быть отделена от остальной массы таким образом, чтобы отбираемые клубни были практически равны друг другу, как по размерам, так и по массе. Это залог того, что всходы будут появляться равномерно, а следовательно, и сами растения в дальнейшем будут развиваться приблизительно одинаково. Для посадки лучше всего подойдут

картофелины размером с куриное яйцо и весом 50–80 г. На мой участок для посадки уходит 20–25 ведер такой «семянки», а отбираю я 30–35. Делаю это для того, чтобы даже в случае частичной порчи при зимнем хранении не пришлось весной использовать «случайные» семена или резать клубни. К такой операции лично я отношусь негативно.

Совет

При переборке семенных клубней важно наблюдать за их сортовыми особенностями: выбраковываются нетипичные, неправильной формы, с глубокими глазками и отростками, имеющие малейшие признаки поражения вредителями или болезнями, с механическими повреждениями кожуры. В общем, отобранные картошки должны радовать глаз.

После переборки не спешу опускать семенной картофель в подвал – на 1,5–2 недели оставляю лежать под навесом так, чтобы на него попадали солнечные лучи. Я сторонник того, чтобы картофель «прозеленился», ведь под действием солнечных лучей гибнут многие болезнесторонние микроорганизмы, клубни приобретают устойчивость к грибковым заболеваниям. Да, вырабатывается ядовитый солонин, но мы ведь не станем кушать семенной картофель. Точно так же не будут его есть и вредители – жить-то всем хочется.

Только после всех описанных процедур опускаю семенные клубни в подвал.

Хранение семенного картофеля

Я с любым картофелем веду себя так, словно это детки: осторожно ношу на руках, высыпаю бережно, накрываю, чтобы уберечь от заморозков. Следует запомнить: ни в коем случае нельзя бросать мешки на землю с плеча, высыпать ведра с размаху. Такое грубое отношение приводит к появлению царапин и нарушению покрова. Через такие повреждения в картофель проникают возбудители болезней, и красивые с виду во время длительного хранения клубни в дальнейшем могут преподнести неприятные сюрпризы.

В подвале я храню семенной картофель отдельно. Предпочитаю использовать для этого большие пластиковые ящики – для посадочного материала они у меня другого цвета и стоят отдельно, на самом виду. Во время хранения главное – не допустить заражения клубней болезнями, излишнего пространства, что ведет к некоторому снижению семенных качеств.

Не забывайте регулярно осматривать картофель на сохранность, следите за температурой в погребе – она должна быть в пределах 1–3 градусов.

Весеннее «открытие»

Весной за 2–3 недели до планируемой посадки достаю семенной картофель из погреба. Начинаю с переборки: удаляю уродливые, «задохнувшиеся», подмороженные, поврежденные вредителями клубни.

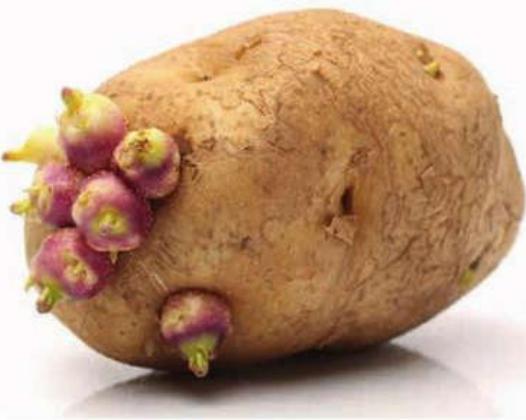
Следующий шаг – проращивание картофеля. Это хорошо влияет на сроки

формирования урожая и его качество. Лучше делать это в светлом теплом помещении в течение 3 недель, расстелив клубни тонким слоем на плотных деревянных щитах или поместив в небольшие ящики. Если на улице уже тепло иочные заморозки не страшны, можно сделать это и на открытом воздухе. При таком проращивании в клубнях накапливается хлорофилл, усиливающий развитие корневой системы, листьев и столонов.

В это же время должна пройти яровизация – воздействие на клубни пониженных температур, и ночной прохлада вполне для этого подходит. Однако остерегайтесь даже малейших заморозков.

Следуя таким советам, вы легко добьетесь того, чтобы понравившийся и полюбившийся сорт работал как можно дольше. Ведь если уделить семенам чуть больше времени и заботы, это окупится существенной прибавкой, как в количестве, так и в качестве урожая.

Илья Владимирович НЕДОСЕК,
агроном,
Гомельская область, г. Добруш



Опасайтесь вирусов!

Основным симптомом заражения картофеля вирусами является появление нитевидных ростков при проращивании. Если доля таких клубней преобладает, то посадочный материал необходимо срочно заменить.

В настоящее время картофель поражают более 20 вирусов, которые, накопившись, вызывают измельчение, одревеснение клубней и снижение урожайности. На ботве болезни проявляются в виде крапчатости, мозаики, волнистости

и скручивания листьев, желтой карликовости. Заражение здоровых растений происходит в результате механических повреждений во время посадки, при уходе за растениями и уборке урожая. Основными переносчиками вирусов во врем-

я вегетации являются сосущие насекомые, такие как тля, цикады, проволочник и, конечно же, колорадский жук.

Александр Васильевич ЛУКШИН, агроном,
Мордовия, с. Ельники

В меню включаем помидоры

Продолжаем публиковать рецепты заготовок из даров сада и огорода, присланные нашими читателями.



Вкусная икра

Рецепт 1

Требуется: 3 кг очищенных кабачков, по 1 кг моркови и лука, по 1 стакану растительного масла и сахара, 1 ст. л. уксусной эссенции.

Натереть на терке кабачки, морковь, нашинковать лук, добавить растительное масло и кипятить на медленном огне 1 час. Положить немного соли, сахар, кипятить еще час. Добавить 0,5 л мякоти помидоров, горький перец и варить еще час. За 10 минут до окончания варки добавить уксусную эссенцию.

Рецепт 2

Требуется: 1 кг кабачков, 70 г лука, 60 мл растительного масла, 1 ч. л. 9 %-ного уксуса, 3 долек чеснока, по 2 стебля петрушки и укропа, по 1,5 г молотого черного и душистого перца.

Кабачки вымыть, обрезать с двух сторон, нарезать толщиной 1–1,5 см, обжарить в масле до легкой золотистости.

Салат со сладким перцем

Требуется: 2 кг помидоров, по 1 кг моркови, перца и лука, 2 ст. л. соли, 100 мл уксуса, 300 г сахара, 300 мл подсолнечного масла.

Все овощи мелко нарезать, перемешать, добавить соль, уксус, сахар и подсолнечное масло и еще раз перемешать. Варить 20 минут. Закатать. Выход – 4,5 л.

Лечо

Требуется: 3 кг помидоров, 6 шт. болгарского перца, 6–7 зубков чеснока, по 1 ст. л. соли и сахара.

1,5 кг помидоров, перец и чеснок нарезать соломкой. Варить 10 минут.

Потом добавить остальные помидоры, соль, сахар. Варить 30 минут. Закатать крышками.

Салат из зеленых помидоров

Требуется: по 1 кг свеклы, моркови и лука, 1,5 кг зеленых помидоров, 100 г сахара, 100 мл подсолнечного масла, 2 ст. л. соли, 80 мл уксуса.

Помидоры нарезать дольками, лук – кольцами. Морковь и свеклу натереть на крупной терке. Добавить соль, сахар, подсолнечное масло. Варить 1 час. За 10 минут до готовности добавить уксус. Закатать.

Раиса Дмитриевна ГЛИНСКАЯ,
Гомельская область,
г. Мозырь

Чеснок измельчить, растереть с солью. Зелень измельчить. Кабачки пропустить через мясорубку, соединить с обжаренным луком и остальными компонентами. Положить массу в банки и поставить в кипящую воду: литровые банки – на 90 минут.

Яблочное варенье

Требуется: 1 кг очищенных яблок, 1 кг 200 г сахара, 2 стакана воды.

Яблоки очистить от кожуры и сечек, нарезать на дольки (1 яблоко – на 6–8 частей). Растворить в кипятке сахар и опустить в сироп яблоки. Когда закипит, немного поварить. Выключить и отставить до полного остывания. Потом повторить то же самое еще два раза. Варенье должно быть янтарным, яблочки – прозрачными.

Полина Викторовна НЕДОРЕЗОВА,
Московская область,
г. Дмитров

Баклажаны с перцем

Требуется: 1 кг баклажанов, 200 г сладкого перца, 50 г помидоров, 50 г горького перца, 1 зубчик чеснока, 100 мл растительного масла, 60 мл 9 %-ного уксуса, по 1 ч. л. соли и сахара.

Баклажаны очистить от плодоножки, нарезать кружочками (1–2 см) и обжарить на смеси растительного масла, соли, уксуса и сахара. Затем в этой же смеси поджарить нарезанный колечками сладкий перец. Чеснок и горький перец измельчить. Помидоры нарезать дольками. Подготовленные продукты плотно уложить слоями в стеклянные банки, залить небольшим количеством той же смеси, на которой жарились овощи, закрыть крышками и стерилизовать 30–35 минут при температуре 100 градусов.

Банки закупорить металлическими крышками и поставить крышками вниз для воздушного охлаждения.

Эльвира Станиславовна БЕЛЬСКАЯ,
Гродненская область, г. Мосты

Чесночная приправа

Чеснок очистить от шелухи, каждую дольку разрезать на 3–4 части, разложить на бумаге и сушить при комнатной температуре до полного высыхания – примерно 1–2 недели. Далее измельчить чеснок на кофемолке или в ступке до образования порошка. Хранить такой порошок следует в закрытой плотной крышкой посуде. Использовать его можно как пищевую добавку в любые блюда. Очень вкусно, и, главное, сохраняются все свойства и качества чеснока!

**Ирина Владимировна ПОВАЛЯЕВА,
Воронежская область,
г. Рассошь**

Зелень из пакета

Красивую зелень для приправ и борща можно получить, если хранить ее в холодильнике. Я делаю пакеты по размеру как на 1 кг сахара, закладываю в них по 10 пучков зелени (свежевымытой, но перед закладкой даю стечь воде), зашиваю или закалываю пакет и ставлю в холодильник к стенке, чтобы не мешал.

Достаю примерно через месяц. При этом зелень остается свежей, сохраняет цвет и запах. Бумагу для пакетов стараюсь найти такую, как раньше была на килограммовых пакетах с сахаром – светло-коричневую, она тонкая, но прочная.

Совет

Свежую зелень, которая предполагается для использования при консервации, крупно нарезать по размеру банок, высушить. Использовать по мере необходимости.

**Галина Викторовна ЗАГРАДСКАЯ,
г. Москва**



Болгарская фасоль

Требуется: по 5 кг зеленой фасоли и помидоров, по 1,3 кг лука и моркови, 200 г корней петрушки, 100 г зелени петрушки, 150 мл столового 3 %-ного уксуса, 150 г сахара, 80 г соли, 20 г черного перца-горошка, растительное масло – по вкусу.

Подготовить и бланшировать фасоль. Лук нарезать кольцами и обжарить до золотистого цвета. Морковь и корни петрушки очистить, сполоснуть, нарезать кружочками толщиной 3–4 мм и также обжарить на растительном масле. Зелень петрушки измельчить. Зрелые крепкие помидоры нарезать на дольки и варить 15 минут на среднем огне в небольшом количестве воды. После этого к помидорам добавить подготовленные овощи, соль, сахар, уксус. Довести до кипения и добавить в овощную массу зелень петрушки. Она не должна быть очень густой. При необходимости следует долить кипяченую воду и размешать. На дно банок положить горошки черного перца и разлить по банкам овощи в горячем виде. Стерилизовать в кипящей воде литровые банки 40 минут. Укупорить.

**Лидия Сергеевна ДОРОГУШ,
г. Астрахань**

Варенье из винограда

Требуется: 1 кг винограда кишмиш (без косточек), 1 кг сахара, 1 стакан воды.

Виноград перебрать, помыть, засыпать сахаром и оставить на 8–10 часов. Затем в таз добавить стакан воды

и поставить на огонь. Кипятить 5 минут. Оставить остывать. Когда остынет, опять прокипятить 5 минут. И так же – в третий раз, после чего в горячем виде разложить по банкам.

**Зоя Илларионовна ПРОТЧЕНКО,
г. Санкт-Петербург**

Овощная приправа с черешковым сельдереем

Требуется: по 1 кг баклажанов, моркови и сладкого перца, 500 г черешкового сельдерея, 2 кг спелых томатов, 1 стакан растительного масла, соль.

Овощи вымыть, у перцев удалить плодоножку и семена. Измельчить все овощи на мясорубке, добавить соль, растительное масло, перемешать и уваривать на медленном огне до выкипания трети объема увариваемой смеси. В горячем виде разложить ее в престерилизованные банки и закатать крышками. Вместо черешкового сельдерея можно использовать измельченную зелень этой культуры.

Соль с сельдереем

Требуется: 250 г черешкового или корневого сельдерея, 700 г морской соли.

Сельдерей очистить, вымыть и нарезать мельчайшими кусочками либо порубить. Рассыпать на салфетке и обсушить. Соль и сельдерей положить в миску, ос-

новательно перемешать и оставить так на 2 дня. После этого рассыпать тонким слоем в жаровне и задвинуть в духовку. При температуре 150 градусов дать высохнуть, пока масса не затвердеет.

Соль с сельдереем охладить и выбить из жаровни. Небольшие порции измельчить с помощью сечки либо миксера. Наполнить солью банки и закрыть. Хранить в сухом месте при температуре 15–20 градусов. Использовать как приправу к супам, соусам и салатам.

Совет

Хорошо высушите куст укропа, срежьте тонкие веточки и прокрутите их через мясорубку. Можно использовать и часть основного стебля. Такую приправу хранят в стеклянной банке под капроновой крышкой.

**Людмила Николаевна БОРОДИНА,
Ставропольский край,
г. Минеральные Воды**

Работы в первой половине сентября



Плодовые культуры

- Начать сбор осенних и зимних сортов яблок и груш и заложить их на хранение.
- В первой декаде месяца заняться размножением красной и черной смородины одревесневшими черенками.
- Снять со штамбом деревьев ловчие пояса и сжечь их.

Приступаем к посадкам

В сентябре приступают к посадке саженцев. В первой половине месяца укореняют крыжовник и смородину. Это неприхотливые культуры, но хороший урожай можно получить только на освещенных плодородных участках. В посадочную яму (40x60 см) вносят 1–2 ведра перегноя или компоста, 250–300 г суперфосфата, 50 г сульфата калия, 1 стакан древесной золы, 1 стакан извести пушонки. Свежий налив и азотные удобрения не применяют, чтобы не допустить ожога кор-

ней. Перед посадкой саженцы нуждаются в подготовке. Корни опускают на 5–6 часов в воду или раствор «Гетерауксина» или «Эпина». Обрезают поврежденные и больные корешки и побеги. При посадке саженцы заглубляют до того уровня, на котором они росли в питомнике.

В середине сентября сажают малину, рябину, жимолость. При посадке малины следует помнить, что корневая шейка должна быть на уровне почвы – ее заглубление недопустимо.

Овощные культуры

- Убрать среднепоздние и поздние сорта картофеля.
- Засеять участки, освобожденные от ранних овощных культур и картофеля, озимой рожью.
- Обработать деревянные части наземных парников 5 %-ным раствором медного или железного купороса или хлорной извести – 50 г на 1 л воды.

Обеззараживаем почву

Зараженную почву в теплице нужно заменить здоровой. Однако это требует значительных расходов и труда. Дешевле и проще – привести в здоровое состояние саму зараженную почву и использовать ее еще раз. Существует несколько способов обеззараживания почвы.

При биологическом способе дезинфекции почву выносят из теплиц и парников, складывают в штабель, переслаивая свежим навозом, и поливают наливной жижей. Чтобы в штабеле не росли сорняки, производят опрыскивание раствором извести. Через 2–3 года почва становится здоровой.

Зараженную почвенную смесь можно продезинфицировать послойно сухой хлорной известью (200 г на 1 кв. м земли слоем 20 см). Потом сложить ее в штабель для промораживания, летом перелопатить и через год-два использовать вновь.

Для обеззараживания грунта можно использовать и его прогревание на металлических противнях в духовках или на печной плите. Почву располагают по противню слоем 15 см и помещают в духовку на 45 минут при 120 градусах, затем вынимают, перемешивают и еще раз обрабатывают в таком же режиме. Потом охлажденную почву сохраняют в чистых контейнерах для дальнейшего использования – в основном для выращивания рассады.



Сверяемся с Луной

ПОНЕДЕЛЬНИК ВТОРНИК СРЕДА ЧЕТВЕРГ ПЯТНИЦА СУББОТА ВОСКРЕСЕНЬЕ

26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15

- уборка надземных плодов
- полив, подкормки
- прополка, рыхление
- обработка от вредителей и болезней
- уборка корнеплодов



- неблагоприятный день для посева, посадки, полива и подкормки всех культур
- формирование растений, обрезка
- новолуние
- полнолуние

Декоративные культуры

- Разделить и посадить пионы.
- Посадить мелколуковичные культуры и нарциссы.
- Высадить на подготовленное заранее место клематисы.
- В цветниках обрезать до основания стебли с отцветшими цветками или соцветиями, убрать отмершие листья, прополоть сорняки и разрыхлить почву вокруг зимующих в открытом грунте многолетников.
- Высадить черенки декоративных кустарников и лиан.

Готовим розы к морозам

Для красавиц-роз зима – серьезное испытание. Поэтому о зимовке этих цветов надо задумываться уже в начале сентября.

Когда начинаются ночные холода и заморозки, нужно постепенно окучить кусты на высоту 15–20 см. За сутки до этой процедуры надо оборвать нижние листья. Землю следует брать

из другого места сада и высыпать ее в центр куста. Для молодых роз достаточно одного ведра, взрослые же требуют в 2–3 раза больше. В таком виде розы будут находиться весь сентябрь и даже октябрь – это зависит от погоды.

Иногда случается так, что розы в начале осени быстро растут, выбрасывая новые мощные побеги бордового цвета. Их необходимо прищипывать, чтобы они прекратили рост и успели вызреть до наступления морозов. Кроме того, розу в это время надо полить вытяжкой из суперфосфата: 300 г двойного суперфосфата настоять неделю в 10 л воды, полить этим раствором почву вокруг куста из расчета 1 л на 1 кв. м. Вскоре все красные листья на розе станут зелеными. Это значит, что растение начало готовиться к зиме.

Народные приметы

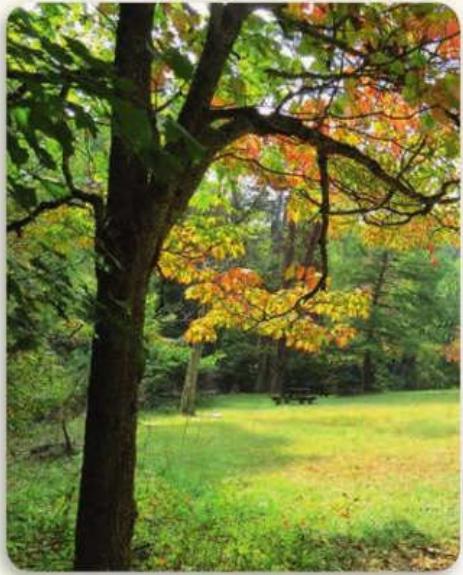
Если в сентябре листья берез начнут желтеть с верхушки – весна будет ранней, а если снизу – то поздней.

Если на Фаддея (3 сентября) день будет ясным, то еще четыре недели будет хорошая погода.

Если на Луппа Брусничника (5 сентября) не будет утренника, так в сентябре не заморозит.

Если на Евтиха (6 сентября) дождь, то будет сухая осень и хороший урожай на будущий год.

Если первый день бабьего лета (14 сентября) ясен, то бабье лето будет теплым. Бабье лето сухое – осень мокрая.



Загораются звезды в осеннем саду

Хотите насладиться красотой осенних звездочек – великолепных астр? Тогда посадите их на хорошо освещенных местах. И на следующий год не возвращайте на старое место. Сделать это можно будет спустя лишь 4–5 лет. Причем сажать астру необходимо на водопроницаемую почву, которая не заставит растения страдать из-за застоя воды или избыточного переувлажнения. Но я хочу рассказать, как выращивать рассаду этих цветов.



Подготовка почвы

Готовить почву необходимо уже осенью, перекопав ее на глубину не менее 30 см и удобрив 2–4 кг перегноем или компостом (свежий навоз категорически противопоказан!) и по 6–9 г суперфосфата и калийной соли на 1 кв. м.

Осенью нужно провести известкование, если почва на участке кислая, а ранней весной разрыхлить ее на глубину 15–18 см. Это позволит сохранить больше влаги.

Получение рассады

Многие цветоводы выращивают астры через рассаду, высевая семена во второй половине марта, а затем ставят

ящики на подоконник. Если астры будут всходить в парнике, то сеять их нужно в апреле. И почва для этого должна быть соответствующей – смешивают дерновую землю с торфом и песком в соотношении 2:2:1.

Прежде чем набивать рассадные ящики или горшки подготовленным грунтом, их необходимо продезинфицировать, пролив крепким раствором марганцовки (2 г на 10 л воды). Почву также за 1–2 дня до посева обрабатывают таким же составом или кипятком. Но во время посевной она должна быть не мокрой, а только влажной.

Семена сеют, рассыпая их по поверхности, и сразу прикрывают бумагой, которую снимают спустя 3–5 дней – в это время обычно появляются всходы. Емкость с проклонувшимися растениями размещают на подоконнике и осторожно поливают водой комнатной температуры. Делать это следует нечасто, но обильно. Для хорошего прорастания семян необходима температура 16–18 градусов днем и 12–15 – ночью. Через неделю после появления всходов нежные ростки может поразить черная ножка, поэтому нужно каждый день осматривать посевы, следить, чтобы влажность почвы не была избыточной, а температура воздуха – не ниже 15 градусов.

После образования 2–3 настоящих листочков сеянцы пикируют. Их рассаживают через 5–7 см в шахматном порядке. Если они вытянулись, то при пикировке их можно углубить почти до семядольных листочков. Спустя неделю или чуть больше рассаду подкармливают комплексным минеральным удобрением (30 г на 10 л воды).

При появлении 4-го листа ее отправляют на закалку, снижая температуру воздуха. Эта процедура обычно занимает не менее 20 дней.

На заметку

Если качественно провести закалку рассады, то она хорошо приживется и будет быстро расти после пересадки. Саженцы переселяют на клумбу во 2–3-й декаде мая. У астр в это время стебель должен достигать 6–10 см в высоту и иметь не менее 5 крупных листьев. Запомните также, что эти растения не терпят тесноты, поэтому не загущайте их посадки. Есть еще одна тонкость: высокорослые сорта сажают на клумбе на расстоянии 20–25 см между растениями, а низкорослые – 10–15 см.

Варианты

Впрочем, астры сеют и весной прямо на клумбу, но только в том случае, если земля хорошо прогрелась. Идеальный срок для этого – начало мая. Всходы обычно появляются не позже 19–24-го числа.

Астры можно посеять и поздней осенью в заранее подготовленную почву, помещая семена в бороздки и присыпая сухим грунтом. В этом случае земля должна хорошо промерзнуть. А если надумаете провести зимний сев, то делайте это в декабре-январе.

**Лидия Иосифовна КУНИЦКАЯ,
Витебская область, г. Орша**

«Баскетбольный» рост петунии не нужен

Редкий цветовод не выращивает в своем саду красочные петунии. Однако каждый, кто это делает, наверняка стремится увидеть пышные облака нежных цветов. Правда, как добиться этой цели, знают немногие. Я уже не первый год выращиваю эти красивейшие растения и сумела разгадать многие их секреты.

На мой взгляд, петуния абсолютно некапризна. Если другие цветы страдают из-за перемены погоды, она их чаще всего не замечает. А чего не умеет делать эта садовая красавица, так это самостоятельно формировать кустик, в чем ей и понадобится помочь.

Необходимая процедура

А для этого необходимо проводить прищипывание – процедуру, которую придется выполнять не менее трех раз за летний сезон. Во-первых, рассаду петунии прищипывают, когда собираются высадить ее в открытый грунт. Трогать следует только тот саженец, у которого уже сформировалось 6 настоящих листиков. Если сделать это раньше, толку не будет.

Во-вторых, эту процедуру стоит повторить, когда растение уже на клумбе, но только в том случае, если оно хорошо перенесло переселение из горшка на постоянное место. Если поспешить, то петуния может даже погибнуть.

В-третьих, прищипку делают еще раз спустя 1–2 недели. Это непременно заставит растение сформировать цветущий шар, который зелен изнутри и усыпан цветами снаружи. Такая красота будет радовать долго, потому что у растения ограничен рост центрального стебля и пробудились боковые отростки, сформированные в пазухах листков.

Совет

Если трех прищипываний будет недостаточно, то можно провести еще одно. Это позволит сформировать кустик нужной густоты.

Любит заботу

Для пышного цветения нужны усилия не только самого растения, но и ваши.



В частности, необходим правильный уход, который заключается в своевременном удалении появившихся верхних отросших побегов. Игнорирование этой процедуры приведет к тому, что петуния не будет куститься, а пойдет в рост. А это, несомненно, не лучшим образом отразится на ее внешнем облике.

Но как все сделать правильно? Когда цветок начнет стремительно расти вверх, необходимо отсчитать от низа стебля 3–5 листочков и отщипнуть верхний побег над ними – это будет точкой роста петунии. Тогда цветение куста немного замедлится, но начнется бурный рост боковых побегов и на петунии появится много крупных бутонов. Через месяц нужно снова прищипнуть цветок.

Есть предпочтения

Впрочем, и тут тоже есть свои тонкости, которые следует учитывать. Нельзя прищипывать сразу много отростков. Следует оставить 5–6 листков и удалить побег над ними.

Удаленный побег можно поставить в банку с водой, и он прорастет, что позволит использовать растение в качестве черенка для выращивания новой

петунии. Правда, перед тем как сажать в почву, с растения следует срезать все листья, оставив лишь парочку на самом верху.

На заметку

Петунию можно сравнить разве что с розой. Ее окраска неизменно вызывает восхищение. Бывают однотонные петунии, которые могут радовать глаз белым, кремовым, розовым, красным, сиреневым и даже бархатно-фиолетовым цветом своих лепестков. Есть также цветки с контрастным рисунком, которые становятся похожими на звезды благодаря комбинированной окраске: в частности, белые на красном или даже темно-синем фоне. Весьма разнообразными бывают также цвета каймы и краешков лепестков! Такое великолепие всегда вызывает восторг у ценителей красоты.

Валентина Михайловна СМЕТАНИНА, цветовод-любитель, г. Минск

Долгожители на клумбе

Хочу узнать, какие многолетники, посаженные в саду, не придется в скором времени пересаживать? И еще один вопрос: какие растения помогут завлечь бабочек?

Галина Романовна ЧУДАКОВА, Ленинградская область, г. Лодейное Поле

Ваше желание подольше продлить «прописку» цветов понятно. Не все цветоводы любят возиться, перетаскивая растения с места на место. Хочу их обрадовать: среди цветочных культур есть немало экземпляров, которые могут сидеть на клумбе подолгу. Это бузульники, купальницы, купены, лилейники, пионы, хосты и другие растения. Посадив их, в первые 2–3 года нужно обеспечить им хороший уход: пропалывать и подкармливать. Но окрепнув, они будут становиться все сильнее и краше.

На второй вопрос отмечу следующее: видеть бабочек в саду – большое удовольствие не только для детей. Прилечь их можно, если завести на участке многолетники, ко-

торые станут для бабочек настоящим магнитом. В первую очередь это ваточник, весьма неприхотливый и зимостойкий. Такой многолетник вырастает не меньше 1 м в высоту и имеет крупные соцветия. К тому же он привлекает шоколадным запахом.

Еще одно растение – гелениум осенний, который цветет в августе и не нуждается в укрытии на зиму.

И, конечно, стоит посадить в саду лиатрис колосковый, который цветет в середине лета.

Привлечь в сад бабочек помогут также многолетник посконник, радующий своей красотой во второй половине лета, и эхинацея пурпурная, цветущая еще и в сентябре.

Секреты сальвии

Всегда любуюсь сальвией, которая растет у моей приятельницы. Хочу в следующем году удивить ее такой же красотой и планирую поселить эти цветы на даче, ведь они не только украшают участок, но делают его еще стильным, придавая ухоженный вид. На что нужно обратить внимание при выращивании этих растений?

Дарья Николаевна ЩУЧЕНКО,
Могилевская область, г. Мстиславль



Чтобы кусты сальвии были густыми, а цветение обильным, рекомендуется прищипывать точку роста на рассаде сразу после появления трех пар настоящих листьев. Высаживают это растение на клумбу, когда минует угроза возвратных заморозков. При этом почва должна

быть рыхлой, хорошо пропускающей воздух, а сам участок – солнечным, защищенным от сквозняков. Следует придерживаться и схемы посадок: если желаете, чтобы растения сидели плотно, то расстояние должно быть 20×20 см, а если просторнее – 25×25 см.

Цинния любит простор

Купила летом рассаду цинний. Посадила. Но цветы не порадовали – мелкие и неказистые. А можно ли выращивать их сразу на клумбе? Посоветуйте, как это сделать правильно.

Татьяна Григорьевна ПОЛОЗКОВА,
Нижегородская область, г. Первомайск

Увы, но сделать это можно будет только в следующем году. На клумбу семена циннии сеют в конце апреля или в мае. Но все, конечно, будет зависеть от погоды. Главное, чтобы почва была прогрета не менее чем до 15 градусов тепла.

Участки, залитые солнцем, – это то, что нужно этому растению. Но оно плохо переносит сквозняки и продуваемые места, поэтому нужно выбрать те, что находятся возле дома, рядом с ограждениями.

При этом циннии любят плодородную почву, в которую до посева внесены минеральные и органические удобрения.

После такой подготовки семена опускают в землю на глубину 4–5 см. Растения должны быть на расстоянии 30–35 см друг от друга. Теснота на клумбе – это не для цинний, им нужен простор.

Присыпав семена землей, сразу поливаем их теплой водой, после чего прикрываем посадки пленкой. Когда появятся ростки, первое время укрываем клумбу спанбондом, он не позволит погибнуть растениям при минусовых температурах весной.

Химия не понадобится



Чтобы бороться с болезнями роз, многие цветоводы используют химические препараты. А есть ли и какие народные средства, которые помогут этим растениям быть здоровыми?

**Тамара Дмитриевна МЫТЬКО,
Гомельская область, г. Добруш**

Для борьбы с заболеваниями роз не всегда стоит применять химию. Например, против ржавчины, это когда на листьях стеблях и бутонах проступают оранжевые и желтые пятна, можно использовать молочай лозный, в котором содержится ядовитый млечный сок. Правда, опрыскивать розы надо обязательно в респираторе, очках, перчатках и непромокаемом плаще.

Готовят раствор так: измельчают 1,5 кг молочая, затем заливают 10 л теплой воды и настаивают сутки. Пораженное заболевью растение нужно опрыскать раствором дважды.

От мучнистой росы розы обрабатывают настоем коровяка и золы. Разводят в 10 л воды 1 кг свежего коровьего навоза и 200 г золы, изредка помешивая. Настаивают 7 дней в теплом месте, процеживают через марлю, и настой готов к употреблению. Опрыскивание им проводят с появлением первых признаков заболевания. Если через 3–4 дня после этого признаки мучнистой росы не исчезают, процедуру повторяют. Дальнейшие обработки настоем лучше чередовать с фунгицидами.

Если розу поразила черная пятнистость, против этой болезни эффективен коровяк, из которого традиционным способом готовят раствор.

Если розы поражены мучнистой росой, тоже эффективно использовать древесную золу и коровяк по рецепту, приведенному выше. Если обработать розы нужно в период цветения, то полученный настой разводят водой в соотношении 1:10. Опрыскивание куста повторяют через 3–4 дня.

Можно также взять 1 ст. л. пищевой соды и растворить в 4 л теплой воды, добавив 0,5 ч. л. тертого хозяйственного мыла. Раствор для опрыскивания хорошо перемешивают. Обработку роз осуществляют 2 раза через неделю.

А после болезни ослабленным розам будут полезны такие препараты, как «Эпин-экстра» или «Циркон».



Вместо яиц – луковицы



**Посоветуйте, как подготовить гладиолусы к посадке?
Что такое метод сухой выгонки?**

**Татьяна Григорьевна ВЯЗОВА,
г. Нижний Новгород**

Известно, что на прорастание луковиц гладиолусов обычно уходит несколько недель. Но дело того стоит: прощененные экземпляры после посадки в открытый грунт зацветают быстрее.

Достав гладиолусы после зимнего хранения, нужно подготовить их. Во-первых, осторожно снять покровные чешуйки и проверить на наличие повреждений. Во-вторых, не снимать сразу несколько слоев чешуй, потому что под ними уже мог начать прорастать стебелек, который можно с легкостью повредить. Снимать нужно аккуратно – слой за слоем, а от корневого донца осторожно оторвать старый слой.

Все видимые повреждения необходимо срезать ножом и обеззаразить луковицы в растворе марганцовки или применить препарат «Максим».

Часто цветоводы интересуются, когда нужно доставать гладиолусы после зимнего хранения. Это будет зависеть от того, когда их высадят на клумбу. Если решите разместить луковицы в просторных горшках, это позволит провести высадку раньше обычного: при хорошей погоде – в конце апреля.

Чтобы применить сухой метод выгонки, нужно взять бумажную коробку из-под яиц и разложить луковицы по ячейкам донцем вниз. Почва и вода не потребуются. Делают это в конце марта. На процедуру уходит от 3 недель до месяца. В это время придется контролировать, чтобы росток смотрел строго вертикально, иначе вырастет кривой побег.

**На вопросы читателей ответила цветовод
Анна Петровна БЛАЖКО, г. Минск**

Мишуре не для елки

Каждое лето моя соседка ведет неустанную борьбу с дроздами. Только поспевает черешня — они тут как тут! И просто поодиночке птицы не прилетают. На яркое от ягод дерево опускается сразу целая стая. Пошумят, погалдят, да так, что хоть уши затыкай, и через пару часов ягод как не бывало.

В одной рекомендации я прочитала, что дерево черешни или вишни нужно украсить блестящим елочным дождиком или мишурой. Они будут плескаться на ветру и отпугивать незваных птиц. Это я и предложила сделать своей соседке.

Выслушав внимательно, она с недоверием отнеслась к моему «доморощенному» совету, но нынешним летом все-таки украсила вишню и черешню

в своем саду блестящей мишурой. Соседи шутили: мол, не вовремя Новый год празднует, но женщина решила не обращать внимания на насмешки. И что вы думаете? Птицы подлетали к деревьям, чтобы полакомиться свежими ягодами, но не решались приземлиться на ветки, потому что мишуре не только шевелилась и шуршала, но еще и ослепляла их. Таким простым способом уда-

лось сохранить весь выращенный урожай черешни и вишни. Кстати, моя соседка с благодарностью поделилась со мной этими плодами. Хотите убедиться, что простая затея работает? Попробуйте следующим летом сделать то же самое.

**Леокадия Адольфовна КРИШТАПОВИЧ,
Гродненская область,
г. п. Большая Берестовица**

Живые фонарики

Как-то я подсмотрела у знакомой, как она украшает приствольные круги деревьев на своем садовом участке, и мне понравилось.

Старые ведра с трещинами и дырками она вкалывала под яблони и вишни так, чтобы из земли выглядывала половина ведра. И сажала в эти емкости настурции с бархатцами. Под деревьями тень, а в приствольных кругах словно горят яркие оранжевые фонарики. И я, и другие мои соседки сразу взяли

эту идею на вооружение и сделали то же самое. Получилось стильно и очень красиво. Можете и вы воспользоваться этим опытом.

**Татьяна Васильевна ШИМАНОВИЧ,
Гомельская область,
г. Буда-Кошелево**

Напоите землянику бражкой

Владельцы усадеб тратят столько усилий на то, чтобы вырастить отменный урожай садовой земляники, но, увы, не у всех это получается. То ягоды гниют на кустиках, то вырастают мелкими и кислыми. А ведь порадовать семью отличным урожаем все-таки можно.

Нужно не только пропалывать и рыхлить посадки, но еще и правильно подкармливать ягодник. Я это делаю с помощью специального настоя. На 5 л воды беру по 100 г сахара и дрожжей. Емкость ставлю в темное место на неделю. Когда закончится брожение, беру стакан этого напитка и развозжу в ведре воды,

чтобы полить растения. Земляника преображается, становясь здоровой и мощной. Видя, какой урожай ягод я теперь получаю, и мои знакомые не отстают от меня: тоже поливают посадки бражкой.

**Вера Дмитриевна ЗАЙЦЕВА,
Астраханская область,
г. Камызяк**

Как обмануть проволочника

Если на огороде завелся проволочник, о хорошем урожае картофеля придется забыть, считают многие хозяева садовых участков. Но способ обмануть противного вредителя все-таки есть.

Известно, что интенсивное клубнеобразование происходит, когда картофель зацветает. Тогда же и активизируется проволочник, который до этого питался корнями сорняков. Этим моментом можно воспользоваться и предложить вредителю в начале вегетации приманку в виде кусочков картофеля, закопанных в землю. Их нужно регулярно выкапывать и собирать личинки. Чтобы такую приманку было легче найти, в клубень можно воткнуть толстую проволоку и вывести ее на поверхность.

**Ольга Владимировна ПАВЛОВСКАЯ,
Витебская область,
г. Шарковщина**

Как зелень сохранить

Соблюдение некоторых правил позволит значительно увеличить сроки хранения свежих зеленых овощей. Эти «предписания» очень просты, но выполнять их надо очень точно.



Все — пучком

Зеленные растения надо срезать ножницами, оставляя корни в почве. Это позволит большинству таких культур вновь отрасти и дать повторный урожай. К тому же даст возможность избежать загрязнения листьев землей.

Для того чтобы постоянно иметь свежую зелень к столу, необходимо подсевать ее летом каждые 15–20 дней.

Зеленные культуры необходимо убирать утром или вечером, когда растения охлаждены, но не увлажнены.

Салаты при уборке сразу складывают в ящики, накрывают полиэтиленовой пленкой и хранят в холодильнике при температуре, близкой к 0 градусов.

Листья щавеля необходимо завернуть во влажное полотенце. В таком виде их можно сохранить при комнатной температуре до 7 дней, а в холодильнике – до 20 суток.

Зелень укропа, петрушки и сельдерея необходимо связать в пучки и упаковать в пакеты. Хранить при температуре 0–1 градус тепла.

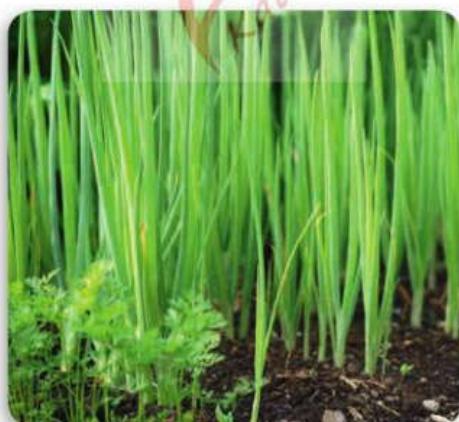
Луковые хитрости

Свежий зеленый лук быстро желтеет, увядает и теряет свои качества при

хранении в обычных комнатных условиях. Но если сразу после уборки его поместить в полиэтиленовые пакеты, герметично их закрыть (лучше заварить) и поставить в ящики в прохладном помещении, то такой лук сохраняется в свежем виде 7–10 дней.

Целых два месяца сохраняется зеленый лук в герметично закрытых полиэтиленовых пакетах при температуре 0 градусов. Выход стандартного пера при таком хранении доходит до 85 %.

Но здесь есть маленький секрет. Сваривание пакета с луком надо проводить только после охлаждения его зеленого пера и самой пленки до температуры, близкой к 0 градусов. Если пакеты заварить в более теплых условиях, то во время хранения в холодильнике внутри пакетов (за счет разницы температур) начнется отпотевание и появятся капельки влаги. А это отрицательно повлияет на сохранность и качество зеленого лука.



Если же у вас необходимых условий для хранения свежего зеленого лука нет, то его лучше подсушить. В таком виде хорошо сохраняются все основные питательные вещества, а его калорийность увеличивается по сравнению с сырой зеленью. Срок хранения сушеного зеленого лука составляет 5–6 месяцев.

**Дарья Дмитриевна ЧЕРНЯЕВА,
г. Екатеринбург**

Убираем картошку!

Своевременная уборка картофеля влияет на величину урожая.

Признак полного созревания: клубни имеют прочную кожуру и легко отделяются от стеблевых побегов.

При более ранней уборке незрелые клубни с тонкой шелушащейся кожурой плохо хранятся.

Лучшие сроки уборки картофеля – с 20 августа по 5–10 сентября. Проводить уборку следует в ясный и солнечный день, оптимальная температура воздуха – 11–17 градусов тепла.

Если ботва картофеля продолжает расти, то за 10–15 дней до уборки клубней ее скашивают. Это ускорит созревание клубней, укрепит кожуру, уменьшит механические повреждения, предотвратит перемещение грибных инфекций с ботвы на клубни, улучшит лежкость в хранилищах.

Нельзя оставлять в земле картофель после отмирания или скоса ботвы более трех недель. Опоздание с уборкой вызывает уменьшение веса клубней, неустойчивость к болезням, ухудшение лежкости.

Совет

Выкопанный картофель не следует класть на сырую землю, лучше на опилки или мешковину. Клубни 1–2 часа должны полежать и обсохнуть, чтобы с них осыпалась земля. После этого поместите их под навес или прикройте мешковиной.

**Маргарита Станиславовна НИКОЛАЙЧУК,
Витебская область,
г. Новолукомль**



Какая еда не принесет вреда?

У нашего здоровья много составляющих. Но едва ли не на первой позиции – правильное питание. Неудивительно, что людей так интересует, каким оно должно быть, чтобы и вкусно поесть, и на свое состояние не жаловаться, при этом оставаться энергичными и жизнерадостными.



Что лучше – рыба или мясо?

Эксперты провели десятки клинических исследований, в ходе которых изучали, как определенные типы питания влияют на наш организм. И неизменно приходили к выводу, что меню, насыщенное рыбой, овощами и фруктами, благотворно воздействует на мозг и тем самым защищает людей от риска деменции, или старческого слабоумия. К тому же здоровое и сбалансированное питание крайне важно, чтобы человек не страдал от лишнего веса, который часто бывает спутником гипертонии, сердечных болезней, диабета второго типа и рака.

Ненавистный жир

Увы, но с годами мы не становимся здоровее. Наши сосуды «забиваются» атеросклеротическими бляшками, что ухудшает кровоток и приводит к ишемической болезни сердца, инфарктам и инсультам. Виновников у таких состояний немало, однако свою ложку дегтя вносит и жир. Но не любой, а насыщен-

ный, которым богаты сало, жирные сорта мяса, колбасы, всевозможные ветчины.

– Если у человека уровень холестерина в крови повышен, придется придерживаться строгой диеты, – говорит кандидат медицинских наук Игорь КОЗЛОВ. – А рациональное питание – это ограничение жиров животного происхождения. Если вы любите сало, маленький кусочек можно себе позволить, но изредка, в порядке исключения. Акцент в питании нужно делать на овощах и фруктах. На втором месте в списке полезных для сердца продуктов – жирная рыба, обитающая в холодных морях. Однако ее нельзя готовить на маргарине и спредах, идеально – на оливковом масле.

Чем заменить сладости

А если вы поклонник сладостей, пышных булочек и бисквитов, богатых жирами и сахарами, от этих маленьких радостей тоже придется отказаться в пользу цельнозернового хлеба, советует ученый. Необходима и физическая активность, в среднем как минимум

30–40 минут непрерывной ходьбы с постепенным увеличением темпа ежедневно. Если больше, это еще лучше.

А что же зеленый чай – признанный борец с раком? Можно ли пить его, если артериальное давление нестабильно и склонно к повышению? В зеленом чае содержится кофеин, что действительно может привести к росту артериального давления. Однако такой напиток не стоит относить к запретным для гипертоников, считает Игорь Козлов. Чашка зеленого чая в первой половине дня не причинит никакого вреда. Кстати, жители Средней Азии запивают зеленым чаем калорийную еду, чтобы не чувствовать тяжести в желудке. К тому же благодаря ему снижается уровень холестерина в крови, что помогает противостоять атеросклерозу. Однако если человека беспокоит тахикардия и у него есть склонность к повышенным сердечным сокращениям, не следует пить ни чай, ни кофе, предупреждает ученый.

Болезни сердца и сосудов, естественно, не единственные врачи здоровья. Многие опасаются, что с возрастом не смогут избежать онкологических заболеваний. Поэтому важно знать, какой еде отдавать предпочтение, чтобы минимизировать риски.



На заметку

При высоком холестерине одними немедикаментозными методами, в частности диетой, обойтись не удастся. Нужен еще и прием статинов – препаратов, снижающих холестерин. Их принимают на ночь. Почему именно в это время? Потому что ночью печень человека наиболее активно вырабатывает холестерин. Кроме того, полезны поливитамины. Желательно, чтобы в комплекс входили витамины А, С, Е и селен, обладающие антиоксидантным действием и помогающие нашему организму противостоять старению.

Антираковое меню

– Многие люди пытаются неправильно. В их рационе редкость рыба и морепродукты, овощи и фрукты. А для здоровой жизни они нам очень нужны, – подчеркивает доктор медицинских наук, профессор Сергей КРАСНЫЙ. – Нужно насытить меню полезными омега-3 кислотами, которыми богаты некоторые растительные масла – оливковое, рапсовое, льняное. Омега-3 жирные кислоты выпускаются также в капсулах, их тоже можно принимать. Эти кислоты препятствуют не только возникновению онкологических, но и сердечно-сосудистых заболеваний, они обладают противовоспалительным эффектом, благодаря чему образуется меньше атеросклеротических бляшек.

Между тем наши люди больше любят мясо и изделия из него. В основном это свинина, особенно пережаренная или копченая, хотя именно такая пища приводит к раку, если ее употреблять часто, считает ученый. В любимых многими копченостях содержитсяベンзапирен – продукт горения, который придает вкус дымка. А ведь большое количество этого вещества в еде может ускорить возникновение опухолей желудка, кишечника, поджелудочной железы.

Кстати, соотношение омега-3 жирных кислот (они содержатся в морепродуктах, фруктах, овощах и способ-

ствуют профилактике онкологических заболеваний) и омега-6 жирных кислот (в большом количестве присутствуют в красном мясе и вызывают злокачественные опухоли) у современного человека примерно 1 к 15. А должно быть 1 к 1. Поэтому мясо и продукты из него не следует употреблять каждый день. Идеально – всего пару раз в неделю. Особенно следует избегать сосисок, сарделек, ветчин, рулетов, колбас и других продуктов такого рода, советует ученый. В Японии, например, реже встречается рак определенных видов, потому что традиционное меню жителей этой страны насыщено рыбой и всевозможными морепродуктами.

Что еще входит в антираковое меню? Зеленые салаты, которые являются источником клетчатки и питательных веществ и защищают от рака ротовой полости, глотки и гортани. Брокколи, цветная, белокочанная, брюссельская, китайская и листовая капуста – не просто отличный гарнир или самостоятельное блюдо. В них есть вещества, помогающие предотвратить рак толстой кишки, груди и легких.

Совет

У женщин есть весомая причина налегать на фрукты и овощи: ученые доказали, что употребление витаминной продукции помогает снизить риск развития рака груди. Новое исследование показало, что женщины с более высоким уровнем каротиноидов реже болеют этим заболеванием. Каротиноиды – вещества, содержащиеся во многих овощах и фруктах и дающие им их яркую окраску (оранжевую, желтую, красную). Искать их следует в моркови, красном и желтом перце, тыкве, а также в шпинате и капусте.

Благодаря действию витаминной продукции наш организм не усваивает потенциально опасных веществ из табачного дыма, пережаренных продуктов. Поэтому лечебный эффект от активных веществ, содержащихся в овощах и фруктах, при профилактике опухолей несомненен.

Знайте меру!

А вот злоупотребление алкоголем снижает иммунитет и способствует появлению опухолей. Между тем люди часто говорят, мол, алкоголики редко болеют раком. Однако многие из них по прости не доживают до него, умирая молодыми, объясняет доктор.

Что же касается сухого красного и белого вина, то этот напиток имеет некоторое противоопухолевое действие благодаря антиоксидантному эффекту. Были проведены исследования, показавшие, что культурное употребление качественного сухого вина способствует увеличению продолжительности жизни за счет уменьшения сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, чего нельзя сказать о крепких спиртных напитках.

Мощнейшим защитным действием обладает ресвератрол, присутствующий в достаточном количестве в красном вине. Из виноградного сока его не получишь, поскольку в нем ресвератрол разрушается. Полезными считаются 1–2 бокала сухого вина в течение дня. И не больше! Так пьют во Франции, где реже болеют сердечно-сосудистыми и онкологическими заболеваниями, даже потребляя много жирной еды.

Оксана САНАТИНА

В журнале «Домашняя кухня» постоянно публикуются рецепты полезных для здоровья блюд.



Приобрести все номера журналов «Домашняя кухня» и «Коллекция Домашняя кухня» можно на сайтах onlinekiosk.by и vita.pokupo.ru

Упал, хотя и не поскользнулся

Известно, что наиболее частая причина потери сознания – обморок, к которому, тем не менее, могут привести и иные причины. Какие именно?

Ольга Васильевна ГРИНЕВИЧ, г. Минск

Часто люди падают в обморок из-за внезапно возникшего кислородного голодания. Такое нередко случается, если человек долго едет в душном транспорте, находится в помещении, где мало воздуха, объясняет врач-терапевт Нина ИЩЕНКО. Кстати, это может случиться даже с детьми, которые поют в хоре, или солдатами в строю. Иногда подобное происходит, если человек резко встал со стула или кровати, носит рубашки с тугим воротничком и даже если резко повернулся или запрокинул голову.

Не стоит сразу впадать в панику. Подобный обморок часто случается из-за того, что произошел внезапный отток крови в нижние конечности, возникло кислородное голодание. Так наш мозг реагирует, «включая» поддерживающий режим. Если с вами подобное уже происходило, постарайтесь избегать ситуаций, которые предшествовали обмороку. Например, подолгу не стойте, резко не вставайте и т. д.

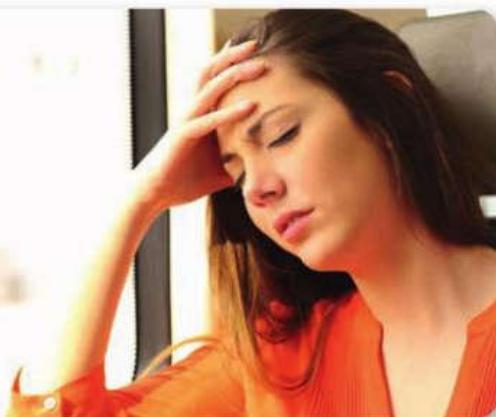
К обмороку может привести также и падение артериального давления, особенно если потеряно много крови, произошел шок, случился тепловой удар. Гипотоникам это состояние тоже известно. В обморок обычно падают люди с аномально низким артериальным давлением, поэтому нужно заниматься тренировкой сосудов при артериальной гипото-

нии. Принимать контрастный душ, обливаться холодной водой, посещать баню или сауну, делать массаж. Только особо не увлекайтесь такими процедурами – во всем нужна мера.

Обморок случается и при значительном снижении уровня сахара в крови – глюкозы ниже 2,8 ммоль/л. Вместе с тем легкая гипогликемия не опасна для жизни.

Если чувствуете, что можете упасть в обморок, например, в транспорте, сразу скрестите ноги и резко ритмично несколько раз напрягите мышцы пресса и бедер. Такой прием поможет увеличить приток крови от нижних конечностей к голове. А если почувствовали, что можете потерять сознание на улице, присядьте на одно колено, будто завязываете шнурок на ботинке, или поставьте одну ногу на возвышение.

При первых симптомах гипогликемии (остром чувстве голода, потливости, дрожи в конечностях, ухудшении зрения, особенно в сумерках, и т. д.) нужно рассосать кусочек рафинада.



Почему мы толстеем

Правда ли, что консерванты и другие добавки, которые производители продуктов питания применяют для продления срока хранения пищи, «заставляют» нас толстеть?

Виолетта Олеговна РОМАНОВА, г. Рязань

Все, что упаковано, все, что является полуфабрикатом, – не лучший выбор для нашего желудка, считает кандидат медицинских наук Николай ДОРОХ. Возможно, и поэтому врачи в последнее время все чаще сталкиваются со случаями желчнокаменной болезни. Медики уже расценивают эту ситуацию как эпидемию. Представьте, что сегодня даже девочки оперируются по поводу камней в желчном пузыре. А ведь эта болезнь – результат огрехов в питании современного человека. Нам нет времени сесть за стол и полноценно пообедать. Вместо этого мы предпочитаем пита-

ние на ходу, перекусы во время работы. К тому избыточно употребляем слишком жирную и рафинированную пищу, богатую консервантами и стабилизаторами. А вечером не ограничиваем себя в еде. Все это и приводит к избыточной массе тела.

Кстати, к понятию «жир» сегодня причисляют и растительные масла, особенно рафинированные, которые, так же, как и животные жиры, увеличивают излишки жировой ткани. А ведь раньше считалось: если употребляешь растительное масло, ожирение не грозит.

«Домик» против боли

Если болит голова, я прибегаю к простой, но очень эффективной процедуре.

Нужно приложить ладони к нижней части лица «домиком», как мы делаем, когда собираемся чихнуть, и некоторое время подышать в таком положении. Как правило, головная боль является следствием сужения сосудов. С помощью этой несложной процедуры мы увеличиваем количество углекислого газа в крови и таким образом создаем условия для расширения наших «трубопроводов».

**Анна Ивановна МУРАВЦОВА,
Гомельская область, п. Тереховка**

Есть спасение от бессонницы!

Я многодетная мать, и забот, конечно, много. А тут еще неправильный режим дня: вставать приходится рано, а ложиться – далеко за полночь. Видимо, от этого у меня недавно появилась бессонница. Порой полночи ворочаюсь в кровати, пока засну, и, естественно, встаю разбитой. Принимать снотворные я не стала, после них вообще не проснуться до обеда, а вечером все равно не уснуть. Я стала самостоятельно искать решение своей проблемы.

И самым эффективным для меня оказалось шалфейное масло. Поделюсь рецептом его приготовления с читателями: на кусок марли положите 2 ст. л. измельченной травы шалфея и подержите ее несколько минут над горячим паром. Когда у травы появится специфический шалфейный запах, переложите ее в стеклянную банку, залейте половиной стакана любого растительного масла и погрейте на водяной бане 3 часа. После этого дайте маслу остить, процедите его и слейте в непрозрачную посуду. Хранить шалфейное масло надо в прохладном месте.



Чтобы справиться с бессонницей, необходимо перед сном этим маслом массировать лицо, руки, стопы. Такая процедура не только помогает мне уснуть, но и оказывает волшебное воздействие на мою кожу: она стала более мягкой и нежной. Постепенно я наладила свой сон, научилась засыпать и высыпаться без помощи таблеток.

**Екатерина Валерьевна ХАРЧЁВКИНА,
Брянская область, п. г. т. Любоехна**

Забота о печени прибавит здоровья

Я использую свой оригинальный способ очищения печени. Такую профилактику я делаю 2 раза в год.

Беру 3 стакана цельного овса с оболочкой, заливаю теплой водой, чтобы хорошо промыть зерна. Потом добавляю 3 ст. л. березовых почек и 2 ст. л. брусничного листа. В 5-литровой кастрюле всю эту смесь заливаю 4 л холодной воды и ставлю в холодильник на сутки.

Одновременно в другой эмалированной кастрюльке кипячу 1 л воды, в которую засыпаю граненый стакан сухого шиповника. Даю ему покипеть 10 минут, остужаю до комнатной температуры и ставлю этот отвар на сутки рядом с первым.

После этого ставлю первый настой на слабый огонь, плотно закрыв кастрюлю крышкой, и даю прокипеть 15 минут, потом добавляю 3 ст. л. спорыша и 2 ст. л. кукурузных рылец. Снова перемешиваю и еще 15 минут кипячу. Затем даю настояться 45 минут и осторожно, чтобы не взболтать, процеживаю оба настоя через марлю в один слой, которую кладу на дуршлаг. Соединив эти жидкости, перемешиваю их и разливаю в темные стеклянные бутылки. Это и есть порция для промывки печени. Хранить смесь можно в холодильнике. Принимаю я этот настой, слегка подогрев, за полчаса до еды по 150 мл 4 раза в день, но последний прием должен быть не позднее 19 часов. Очищение очень эффективное! Вы сразу почувствуете себя лучше!

**Николай Федорович МАРЧЕНКОВ,
Пензенская область, г. Нижний Ломов**



Подпиской на IV квартал 2019 года награждаются:

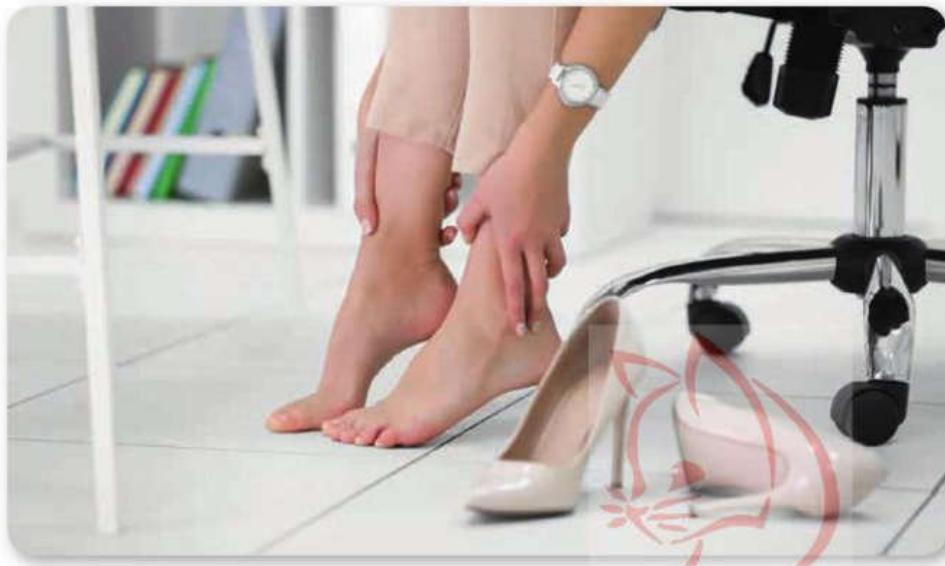
**Наталья Алексеевна ЛОБАНОК,
г. Минск**

**Виктор Наумович РОССИНСКИЙ,
г. Минск**

**Александр Васильевич ЛУКШИН,
агроном, Мордовия, с. Ельники**

Тревожные сигналы стопы

Думаете, обувь на вырост надо приобретать только детям и подросткам? Увы. Еще и взрослым людям, которые страдают плоскостопием. А оно бывает разным – продольным, поперечным и продольно-поперечным.



Кстати, в развитых странах патология стопы – проблема более 60 % населения активного возраста. Причем женщины страдают вчетверо чаще мужчин. Та же ситуация и у нас. И хотя многие не считают плоскостопие серьезной болезнью, ученых на сей счет свое мнение.

Когда пациенты только заходят в кабинет, специалист уже видит, что происходит. При плоскостопии боли возникают как в самой стопе, так и в мышцах голени, разъясняет кандидат медицинских наук Евгений МИХНОВИЧ:

– Иногда появляется отек. Имея такую проблему, человек ходит по врачам, а ответа на вопрос, почему это с ним происходит, так и не получает. Между тем причиной боли может быть смещение пятки.

Мягко или жестко?

У нашей стопы много функций, одна из них – амортизационная, призванная гасить все толчки ноги о землю. Но это касается здоровой ноги. Плоская сто-

па справляется с такой нагрузкой плохо – она словно считывает все неровности на дороге, и возникает боль. Растет давление на позвоночник, голеностопные, коленные и тазобедренные суставы, что приводит к преждевременному развитию артоза и разрушению суставов.

Не заметить первые признаки плоскостопия невозможно, потому что появляется боль и усталость в ногах. Тревожный сигнал – необычно быстрый износ каблуков, чаще с внутренней стороны. Нередко перестает подходить привычный размер, приходится покупать новую пару на размер больше.

Почему деформируются кости

Человек с плоскостопием обычно опирается при ходьбе не на три точки стопы – возле мизинца, большого пальца и пятки, а еще и на середину. В результате кости деформируются. Лечебная гимнастика, стельки, межпальцевые валики, физиопроцедуры в начале

болезни помогают «законсервировать» ее. Но каждое четвертое плоскостопие все равно прогрессирует и требует хирургического вмешательства.

Почему же стопа становится «распластанной» и начинает деформироваться? Скажем, продольное плоскостопие возникает из-за статической перегрузки стоп, особенностей анатомического строения, когда даже обычная нагрузка воспринимается как чрезмерная. Еще одна причина – врожденная предрасположенность, слабость и неустойчивость связочного аппарата. Иногда к деформациям пальцев стопы приводит ревматоидный артрит.

У кого появляются натоптыши

Заметно подпортить ножки может и ношение неудобной обуви с узким носком на высоком каблуке. Впрочем, многие женщины даже не догадываются о своем плоскостопии, потому что пальчики их стоп пока еще ровные, да и в целом ничего не беспокоит. А вот когда на подошве появляются натоптыши, это уже явный признак поперечно-го плоскостопия.

Многие пытаются удалить натоптыши в педикюрных салонах. Но толку от этого мало, ведь причина неприятностей – в поперечном плоскостопии, заостряет внимание Евгений Михнович. Спасает в такой ситуации только операция: тогда и мозоли удалять не придется, потому что они исчезают сами по себе и больше не появляются.

Пройдите тест

Если обувь изнашивается на каблуке в области пятки и совсем незначительно с наружной стороны, значит, стопа здорова. Как только пятка «съезжает»

с предусмотренного природой места, словно выворачиваясь наружу, каблук стачивается на внутренней поверхности, что указывает на продольное плоскостопие. При запущенной форме болезни туфли стаптываются не только в области пятки, но и по всей внутренней поверхности подошвы, что характерно для выраженного продольного плоскостопия.

Однако бывает еще и поперечное плоскостопие, при котором обувь растаптывается в ширину в переднем отделе стопы и деформируется в области большой косточки основания первого пальца. А если на поверхности туфель или ботинок проступают бугорки, значит, средние пальчики стопы деформировались в виде молоточков. Кстати, именно поперечное плоскостопие приводит к продавливанию стельки обуви до дыр под головками средних плюсневых костей.

Ученый считает, что от плоскостопия не застрахован никто. На вероятную возможность возникновения болезни влияет даже профессия человека. Например, продольное плоскостопие чаще бывает у людей, страдающих избыточным весом, а также у занятых тяжелым физическим трудом. Поперечное – у балерин.

На заметку

Поперечное плоскостопие встречается преимущественно у представительниц слабого пола: по статистике 55 % женщин старше 20 лет страдают от этого недуга. А вот плоскую стопу, или продольное плоскостопие, имеют 17–29 % населения, при этом болезнь чаще встречается у мужчин.

Советы доктора Михновича

- Если вам поставлен диагноз «плоскостопие», не стойте подолгу в одной позе, переминайтесь с ноги на ногу, больше ходите. Неправильная нагрузка приводит к возникновению деформирующих артозов или, как говорят, отложению солей. Тогда боль усиливается.

- Каждый день занимайтесь лечебной физкультурой.

- Используйте ортопедические стельки.
- Раз в год проводите различные физиопроцедуры, в том числе массаж мышц голени.



Ходите босиком, но только по неровной поверхности – камешкам, песку, гальке, шишкам. В этом случае рефлекторно раздражается подошва стопы, начинают автоматически сокращаться мышцы голени, которые приходят в тонус.

Для ежедневного использования приобретите пластмассовый коврик с шипами. Утром, когда умываетесь, можно постоять на нем босиком. Этот же коврик можно постелить и у плиты, где готовится еда, но стоять на нем часами не нужно.

Интересные факты

Стопы – зеркало общего состояния здоровья. Первые симптомы множества нервных расстройств, нарушения кровообращения, а также таких заболеваний, как артрит и сахарный диабет, обычно можно распознать по состоянию ступней.

С заболеванием ступней рождается мало детей. Намного чаще такие болезни возникают в более зрелом возрасте из-за ношения неудобной обуви, нездрового образа жизни.

Ступни – проблемная зона диабетиков, у которых плохая периферийная циркуляция крови и повреждения нервов, что нередко приводит к язвам на коже. В некоторых случаях требуется даже ампутация стопы.

На 1 кв. см подошвы стопы расположено больше потовых желез и нерв-

ных окончаний, чем на такой же площади кожи любой другой части тела. Всегда теплые и потные ступни ног являются идеальным местом для бактерий, которые пытаются отмершими кожными клетками и производят газы и кислоты, составляющие тот самый запах ног. Неожиданно выяснилось, что эти бактерии подходят для производства сыра, который выпускают в Ирландии и называют «ножным». На выставке в Дублине показаны очень вкусные образцы сыров, изготовленные на основе ножных бактерий, а также подмышек и пупков реальных людей.

Ученые заметили, что размеры ступней у жителей США и Великобритании растут, а происходит это из-за увеличения веса тела людей. Это подтверждают и торговцы обувью. Подиатры, или врачи, специализирующиеся на болезнях стоп, говорят о том, что обувь не по размеру в ответе за значительную часть заболеваний стоп, особенно у женщин. Слишком узкая обувь ухудшает кровообращение в ногах, а слишком широкая – недостаточно фиксирует стопу, что не позволяет ей выполнить свою амортизирующую функцию.

До конца первого года жизни ступня ребенка имеет длину, равную половине длины его стопы во взрослом возрасте. К 12 годам длина стопы составляет 90 % от длины во взрослом возрасте.

В среднем человек проходит за свою жизнь примерно 160 000 километров – а это большая нагрузка на ноги. Поэтому неудивительно, что головные боли и в пояснице, расстройство пищеварения, болезни позвоночника часто связаны с проблемами ног.

Ирина ВИДОВА



Мой ты дорогой

Даже дамы, которые пользуются только дорогой брендовой косметикой, не прочь напитать кожу натуральными витаминами, которые всегда найдутся в домашнем холодильнике. Речь не только об овощах и фруктах, но и о меде, творящем настоящие чудеса (конечно, если у вас нет аллергии на этот продукт). Благодаря этому простому средству разглаживаются морщинки, появляются упругость и приятный румянец на лице.



Рецепты красоты

Для жирной кожи будет идеальная маска из ложки меда и небольшого количества лимонного сока. Полученную смесь нанести на кожу лица, шеи и зоны декольте, а через 15–20 минут смыть теплой водой. А для сухой кожи к перечисленным ингредиентам можно добавить еще 1 ст. л. оливкового масла.

Если кожа очень сухая, спасением может стать такая маска: 1 ст. л. жидкого меда нужно тщательно смешать с 3 ст. л. свежего творога. Маску нанести на лицо, не затрагивая область глаз и губ. И без объяснений ясно, что предложенные средства обойдутся, как говорят, в сущие копейки.

Сделать дешевый покупной крем «дорогим» поможет и такой рецепт. Нужно выдавить в баночку полюбимую ланолинового крема, 4 капсулы препарата «Аевит» (витамин А и Е) и добавить 10 капель нерафинированного оливкового масла. Все тщательно перемешать. Крем впитывается моментально. Такое средство можно наносить на кожу за час до сна. В его эффективности не сомневайтесь.

На заметку

Придать коже свежести, молодости и сияния поможет и просто оливковое масло. Умойтесь теплой фильтрованной водой с применением мягкой пенки или геля. Лицо не вытирайте – пусть 1–2 минуты остается влажным. Затем слегка промокните кожу полотенцем и нанесите на ладони 3 капли масла, быстро растерев в ладонях. После мягкими, прижимающими движениями нанесите остатки масла на лицо.

Многие женщины делают маски для лица с коньяком. Спиртной напиток в равных количествах смешать с творогом, отрубями или мякишем хлеба, добавив яйцо и 1 ч. л. лимонного сока. Держать маску на лице до высыхания, а затем смыть чуть теплой подсоленной водой.

Дома можно приготовить и лосьон для кожи: смешать 200 мл сливок, 50 мл коньяка, желток, сок лимона и по-

ставить емкость в холодильник. Протереть лицо этим лосьоном после умывания. Простое средство способствует притоку крови к коже, омолаживая лицо.

Идеальны для сухой кожи лица и маски из шоколада. Нужно смешать 1 ст. л. растопленного шоколада, 1 ст. л. сметаны и 1 желток. Маску обильно нанести на лицо на 15 минут, затем смыть. Для жирной кожи смешать 1 ст. л. овсяных хлопьев, 2 ч. л. какао-порошка и неожирный кефир, ингредиенты перемешать до образования однородной массы. Смывается такая маска прохладной водой.

Крем от морщин

Если вы объявили войну морщинкам, можно приготовить желатиновый крем. Для этого понадобится: 1 ч. л. желатина, 3 ст. л. меда, 1 г (на кончике ножа) салициловой кислоты, по 0,5 стакана воды и глицерина. Емкость со смесью нужно поставить в горячую воду и помешивать до однородности массы. Достать посуду из воды и остудить, постоянно взбивая, чтобы получился желеобразный крем. Готовое средство нанести на кожу ежедневно за 2 часа до сна на 20 минут. Остатки крема, которые не впитались в кожу, снять салфеткой. Этого крема обычно хватает на 1 месяц применения. Результат превзойдет все ваши ожидания. Все это время крем можно хранить на верхней полке холодильника. Те, кто пользовался желатиновым кремом, утверждают, что он лучше дорогих косметических средств стирает с лица морщинки.

**Елена Павловна ЛУКАШ,
г. Могилев**

На вопросы читателей отвечает юрист Михаил Романов



Уважаемые читатели!

Если у вас есть юридические вопросы, которые требуют незамедлительного ответа или профессиональной консультации, пишите:

а/я 224, 220040, г. Минск (для жителей Беларуси),
ул. Малая Красносельская, д. 2/8, корп. 7, ячейка 7, 107140, г. Москва (для жителей России)

e-mail: sad@vita.press



Если продавец не выдал чек...

 *Скажите, какими должны быть действия покупателя, если продавец отказывается выдать чек на покупку?*

Н. И. СКРОБЫЧЕВА, г. Минск

В случае отказа продавца выдать чек потребитель вправе внести об этом запись в книгу замечаний и предложений (ч. 1 п. 1 ст. 3 Закона об обращениях граждан и юридических лиц). Также можно сообщить о нарушении в налоговые органы.

Невыдача покупателю (потребителю) в определенных законодательством случаях платежного документа, подтверждающего факт приобретения товаров (работ, услуг) за наличный расчет, влечет предупреждение или наложение штрафа в размере до 10 базовых величин (ч. 2 ст. 12.18 КоАП).

При возмездной реализации потребителю товара (выполнении работы, оказании услуги) продавец (исполнитель) обязан выдать ему кассовый чек либо иной документ, подтверждающий оплату товара (выполнения работы, оказания услуги) в соответствии с законодательством. Указанное требование не распространяется на случаи, когда продавцом (исполнителем) является физическое лицо, осуществляющее реализацию товаров в рамках ремесленной деятельности или реализацию товаров на рынке (выполняющее работы, оказывающее услуги) (ч. 1 п. 11 ст. 7 Закона о защите прав потребителей).

Отсутствие у потребителя документа, подтверждающего факт приобретения товара, не является основанием для отказа в удовлетворении его требований (ч. 1 п. 10 ст. 20 Закона о защите прав потребителей).

Для подтверждения факта приобретения товара могут использоваться свидетельские показания, элементы потребительской упаковки, на которых имеются отметки, подтверждающие, что приобретение товара осуществлялось у этого продавца, а также документы и другие средства доказывания, указывающие на этот же факт (ч. 2 п. 10 ст. 20 Закона о защите прав потребителей).

В «положении» – никаких командировок!

 *Проконсультируйте, пожалуйста, могут ли отправлять беременную женщину (срок почти 20 недель) в служебную командировку сроком на один день?*

**Т. Г. НИКИТИНА,
Брестская область**

Согласно ст. 91 Трудового кодекса Республики Беларусь (далее – ТК) служебной командировкой признается поездка работника по распоряжению нанимателя на определенный срок в другую местность для выполнения служебного задания вне места его постоянной работы.

Не считаются служебными командировками служебные поездки работников, постоянная работа которых проекает в пути или носит разъездной либо подвижной характер, а также в пределах населенного пункта, где располагается наниматель.

В соответствии со ст. 263 ТК запрещается привлечение к сверхурочным работам, работе в государственные праздники и праздничные дни, выходные дни и направление в служебную командировку беременных женщин и женщин, имеющих детей в возрасте до трех лет.

Запрещается привлечение к работе в ночное время беременных женщин. Женщины, имеющие детей в возрасте до трех лет, могут привлекаться к работе в ночное время только с их письменного согласия.

Женщины, имеющие детей в возрасте от трех до четырнадцати лет (детей-инвалидов – до восемнадцати лет), могут привлекаться к ночных, сверхурочным работам, работе в государственные праздники, праздничные дни (ч. 1 ст. 147 ТК), выходные дни и направляться в служебную командировку только с их письменно-го согласия.

В описанном читательницей случае запрещается привлекать беременных женщин к служебным командировкам даже с их согласия.

Доска объявлений

Кто хочет зарабатывать заготовкой лекарственных трав? Научу выращивать целебное сырье у себя на участке или собирать дикорастущие растения.
Адрес: 352909, Краснодарский край, г. Армавир, а/я 900.
Александр Владимирович ГОЛОВКОВ

Желающим выращивать урожайные сорта многих овощных и плодовых растений могу предложить посадочный материал. От вас – конверт с обратным адресом.
Адрес: 353715, Краснодарский край, Каневской район, ст. Челбасская, ул. Коммунаров, д. 6.
E-mail: valeriy.brizhan@mail.ru.

Валерий Иванович БРИЖАНЬ

Принимаю заказы на посадочный материал хризантем, шелковицы, смородины, ежевики, малины крупноплодной, садовой земляники ремонтантной, скумпии, снежноягодника, сирени махровой, горца сахалинского, тамарикаса, кампсиса, клеатиса, винограда девичьего, монарды, дельфиниума, гейхера, бадана, папоротника, тюльпанов, пестистых роз. А также предлагаю почвопокровные растения для оформления рокария, каменистых горок и водоемов, гипсофилы, хосты, рудбекии, спаржу, аквилегии, бородатые ирисы, гладиолусы и др. Одно растение – в подарок. От вас – чистый конверт.

Адрес: 347410, Ростовская область, с. Дубовское, пер. Кропоткина, 2.
Тел.: 294-06-52 (код из России – 8-961, из Беларуси – 8-10-7961).
E-mail: n-florya@mail.ru.

Надежда Петровна ФЛОРЯ

«САД, ОГОРОД – КОРМИЛЕЦ И ЛЕКАРЬ»

Подписные индексы:

для жителей Беларуси:
каталог «Белпочта» – 01141,

для жителей России:
каталог «Почта России» – П4434.

Купить новый номер, заказать предыдущий или оформить подписку на издание вы можете на сайте vita.press / издания по интересам / «Сад, огород – кормилец и лекарь».

№ 16 (348) август 2019
**САД, ОГОРОД –
кормилец и лекарь**

Для любителей и профессионалов.
Все о привычных и экзотических.

Периодичность – 2 раза в месяц.
Выходит с сентября 2005 г.

Издатель – ООО «Издательский дом «Вита»,
ул. Сурганова, 57 б, офис 123, 220100,
г. Минск, Республика Беларусь.

Республика Беларусь: Учредитель –
000 «Издательский дом «Вита».

Свидетельство о государственной
регистрации средства массовой информации
№ 1096 от 22 января 2010 г., выдано
Министерством информации

Республики Беларусь.

Юридический адрес: ул. Сурганова, 57 б,
офис 123, 220100, г. Минск,
Республика Беларусь.

Тел.: (+375 17) 324-94-27(72), 343-94-41.
Почтовый адрес: ул. Сурганова, 57 б,
офис 123, 220100, г. Минск,
Республика Беларусь.

Адрес для писем: а/я 224, 220040,
г. Минск
E-mail: sad@vita.press

По вопросам распространения
в Республике Беларусь обращаться:
000 «Росчерк», ул. Сурганова, 57 б, офис 123,
220100, г. Минск, Республика Беларусь.

Тел.: (+375 17) 331-94-41 (-27; -72),
(+375 29) 673-55-55, (+375 33) 637-20-29

Главный редактор – Дарья Анатольевна
Козловская.

Выпускающий редактор – Ирина Федорова.

Технический редактор – Антонина Захарова.

Дизайн обложки – Диана Пыщаница.

Дизайнер-верстальщик – Екатерина

Малиновская.

Корректор – Наталья Кулик.

Редактор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Елена Смирнова, Елена Смирнова.

Консультант – Елена Смирнова.

Корректор – Елена Смирнова.

Фото – Ел

А у вас есть золотой ус?

Посадив дома золотой ус, вы не только заведете душистое цветущее растение, но еще и настоящего лекаря. Ведь по своему действию оно сравнимо с мощным биостимулятором. Неприхотливо, богато флавоноидами, которые укрепляют стенки сосудов и снижают воспаление, оказывает тонизирующее, противовоспалительное и омолаживающее действие.

Незаменимый лекарь

В «послужном списке» золотого уса борьба с такими болезнями, как ревматизм и артоз, аллергия, заболевания почек, сосудов и сердца, органов дыхания. И хотя это растение способно облегчить состояние при многих недугах, нужно помнить, что его воздействие на организм человека пока еще не до конца изучено, поэтому требует осторожности в применении. А для беременных и кормящих женщин, детей до 7 лет оно и вовсе под запретом.

Чтобы в домашних условиях приготовить целебные средства из золотого уса, обычно используют побеги, на которых расположено не менее 12 узлов. Свежую зелень растения измельчают, отжимают и процеживают. Полученный сок эффективен в качестве целебной растирки при ушибах, болях в суставах, а также как средство для облегчения состояния и заживления ран при ожогах.

На заметку

Если смешать сок золотого уса с детским кремом (1:3), полученная мазь ослабит атаку радикулита и артрита, а также поможет при обморожении.

Прием внутрь

Золотой ус применяют не только наружно. Многие диабетики и аллергики используют его для приготовления настоя. Для этого нужно взять листья (основные, не с розеткой) золотого уса длиной от 20 см и кипятить 3 минуты (на 1 часть растительного сырья – 3 части кипятка). Отвар перелить в термос и оставить на сутки. Затем принимать за полчаса до еды по 1 ст. л. трижды в день.

А настойка золотого уса на спирту помогает нормализовать работу кишечника. Готовится это средство довольно просто. Сочный побег измель-



чают, плотно укладывают в банку и заливают водкой. Оставляют на 2 недели в темном и прохладном месте. Принимать эту настойку нужно до еды по 0,5–1 ст. л. 1 раз в день.

Но в золотом усе считается ценным не только сок, но оставшееся после его отжима сырье, которое можно залить любым рафинированным маслом и поставить в темное прохладное место на 3 недели. Полученное средство необходимо хранить в холодильнике. Оно незаменимо при болезнях кожи.

Поскольку золотой ус богат на наличие биологически активных веществ, это растение применяется также для борьбы со многими инфекциями, стимулирует обменный процесс, благоприятно сказывается на иммунитете человека.

Любит воду и хорошую почву

Если вы решите пополнить коллекцию комнатных растений золотым усом, имейте в виду, что его лучше всего выращивать в контейнерах и подвесных корзинах. Этот новосел будет быстро разрастаться, если обрезать разросшиеся стебли. А цветение станет обильнее, если вовремя удалять увядшающие цветки. И происходит это, как правило, весной.

Золотой ус любит, чтобы его опрыскивали водой, главное – позаботиться о том, чтобы в ней не было известия. В целом полив ему требуется умеренный. Делать это нужно по утрам, не допуская сильного переувлажнения почвы.

К слову, грунт должен хорошо пропускать воду, для этого необходимо добавить в почву песок или мелкие камешки. А чтобы золотой ус пышно цвел, его необходимо вовремя подкармливать удобрениями, в которых содержатся калий, фосфор и азот.

Остается добавить, что, хотя это растение и любит тепло, оно плохо переносит прямые солнечные лучи. Хорошо чувствует себя и растет при температуре 25–27 градусов.

Анна Петровна БЛАЖКО,
г. Минск



Самый красивый веник

Это растение нередко называют летним кипарисом. Оно не только украшает участки, городские цветники и парки, но и идет на изготовление веников и корм домашним животным. Поэтому и называется необычно — кохия веничная.



Внешность

Садовые формы этого растения представляют собой быстрорастущие однолетники с сильно разветвленными побегами, которые покрыты нежными узкими листьями ярко-зеленого цвета, а с наступлением осени они становятся красноватыми.

Растение ценят за его декоративность: в короткий срок оно образует очень густые кусты высотой до 100–110 и шириной до 50–60 см, внешне очень похожие на карликовые туи.

Сорта

Летний кипарис. Отличается овало-вытянутыми, довольно высокими (75–90 см) кустами.

Султан. Невысокий сорт (60 см), кустики круглой формы.

Грин лейс. Кустики удлиненной формы, цвет листьев насыщенный.

Грин форест. Сорт с сильно разветвленными побегами светло-зеленого цвета. Форма куста — овальная. Высота — до 90–100 см.

Горящий куст. Быстрорастущие кустики с мелкими листиками.

без застоя воды грунтах, но значительно лучше развивается на рыхлых, богатых питательными веществами и гумусом почвах. Предпочитает солнечные места, хотя вполне выдерживает и легкое затенение. Растение относительно засухоустойчиво, хорошо переносит стрижку.

Вырастить кохию и очень сложно, и просто. Дело в том, что ее семена менее чем за год теряют свою всхожесть, поэтому сеять надо только свежие. Их нельзя глубоко засыпать почвой, а только немного припорошить ею. Держать всходы при температуре выше 15 градусов тоже не следует, поскольку они в тепле могут быстро погибнуть от черной ножки.

Совет

Проще всего осенью оставить в парнике или в теплице 1–2 растения-семенника. Тогда весной, вскоре после таяния снега, на этом месте появятся многочисленные дружные всходы. В отдельные годы кохия дает самосев даже в открытом грунте.

Проблемы с размножением

Кохия очень неприхотлива, растет на любых окультуренных, некислых,

це мая можно высевать семена кохии и непосредственно в грунт. От холода сеянцы останавливаются в росте и приобретают красновато-лиловый тон. Чтобы этого избежать, их ранней весной прикрывают пленкой.

В цветники рассаду кохии высаживают после заморозков. После посадки или прореживания расстояние между растениями должно быть 30–40 см.

Уход

К уходу кохия нетребовательна, но лучше растет, если в первой половине лета ее 2–3 раза подкормить удобрениями, особенно — азотными, а в засушливое время регулярно поливать.

Кохию не нужно подвязывать к опоре, поскольку ее стебли очень устойчивые. Она быстро растет, легко выдерживает укорачивание побегов и хорошо сохраняет приданную ей форму. Это — одно из лучших растений для фигурной стрижки.

Применение в ландшафтном дизайне

Кохию можно успешно использовать для посадок на газоне — одиночных или в виде небольших групп. Ее часто используют в разнообразных цветочных и каменистых композициях, а также на альпийских горках. При групповых посадках очень красивы сочетания разноцветных сортов.

При оформлении садов, дач и различных территорий кохию веничную часто используют для создания «зеленой» изгороди. Для этого растения высаживают в два ряда, при этом немного сдвигают по отношению друг к другу. Причем расстояние между кустами должно быть 15–20 см, а между рядами — 15 см. При такой посадке изгородь получается плотной и красивой.

**Валерий Григорьевич ШАФРАНСКИЙ,
г. Екатеринбург**

Посев и посадка

Если посеять семена на рассаду, то всходы появятся через 10 дней. Их пикируют в питательные горшочки. В кон-